нной

арму.

* * *

идение по телевизору!

ДРУГ ДОМА

№47/255
2002
Декабрь ©

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Выходит четыре раза в месяц

КУРИЦА ОТ ЕФИМА ШИФРИНА

Вам потребуется курица на 1,5 кг, мороженые овощи ("Паприкаш") - 500 г, 100 г сливочного масла, 50 г плавленого сыра "Волна", 5-6 зубчиков чеснока, соль, молотый перец (красный, черный), перец горошком, лавровый лист, зелень (по желанию), семена укропа.

Курицу помойте, промокните салфеткой. Овощи "Паприкаш" обжарьте на сковороде на 50 г сливочного масла. За две минуты до готовности посолите их, положите 2 лавровых листа, перец горошком. Посыпьте сверху нарезанной зеленью.

Готовые овощи положите внутрь курицы. Брюшко зашейте толстыми нитками. Тонким ножом сделайте надрезы в мясе курицы и заложите в них кусочки оставшегося сливочного масла, плавленый сыр, чеснок, немного зелени. После этого спинку курицы тоже зашейте нитками или обмотайте. Тушку курицы натрите солью, перцем, натертым на мелкой терке чесноком. Поместите в хорошо прогретую духовку на 45 минут. Курицу следует периодически поливать выделяющимся соком.

Сливочное масло и плавленый сырок, перед тем как начать шпиговать мясо птицы, подержите 10 минут в холодильнике.

ВКУСНЫЙ ТОРТ, КРАСИВАЯ ВАЗА

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **500 рублей** каждому.

По итогам конкурсов в "Друге дома" № 46 кулинарный приз присуждается **Ирине Егоровне СУХАНОВОЙ** из г. Торжок Тверской области за рецепты вкусных тортов. Приз получает также **Ирина Ивановна ЛЕВИНА** из Челябинска, рассказавшая, как изготовить оригинальные вазы из обычных банок.

Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

ЗАПОЛНИШЬ АНКЕТУ - ПОЛУЧИШЬ ПРИЗ!

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся *призы по* **250 рублей**.

Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном случае - до 6 января 2003 года**.

Наталия ХУРТИНА с мужем и сыновьями

РОЛЬ ПОВАРОВ АРТИСТАМ УДАЛАСЬ

Хорошая хозяйка продумывает меню новогоднего стола заранее.

РОЛЬ ПОВАРОВ АРТИСТАМ УДАЛАСЬ

Хорошая хозяйка продумывает меню новогоднего стола заранее. Вот мы и решили предложить вам на выбор два "звездных" рецепта горячих блюд. Кому что больше понравится.

ИНДЕЙКА ОТ ЛЮДМИЛЫ ЧУРСИНОЙ

Вам понадобится: индейка, 100 г панировочных сухарей, по столовой ложке сливочного масла и сметаны, 100 г муки, 3 столовые ложки молока, 2 яйца, 10 г дрожжей, цедра четвертинки лимона, большая луковица, пучок петрушки.

Сначала приготовьте начинку. Дрожжи разведите в теплом молоке. Добавьте яйца и обжаренные на сливочном масле сухари. Затем положите муку, специи по вкусу, лимонную цедру, очень мелко порезанные лук, индюшачьи потроха, зелень. Посолите и поперчите. Заправьте сметаной.

Подготовленную индейку натрите солью и перцем со всех сторон. Из ножек удалите сухожилия. Нафаршируйте индейку. Запекайте в духовке от 2,5 до 3 часов, поливая соком. Готовность индейки проверяйте по ножкам - они должны легко поворачиваться в суставах.

Записала
Татьяна ЯМЩИКОВА.

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** *на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу,* **кому больше повезет,** *при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по* **250 рублей**.

Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном случае - до 6 января 2003 года**. Дату будем определять по почтовому штемпелю. Если есть желание, присылайте свои фотографии.

По итогам розыгрыша анкет из **"Друга дома" № 1 за этот год** в счастливую дюжину попали **Людмила Юрьевна АРТЕМЬЕВА** из Кемерова, **Надежда Васильевна ЗЕЛЕНОВА** из пос. Чамзинка, Мордовия, **Светлана Ефимовна КИЧАК** из с. Кыра Читинской области, **Венера Гайниахметовна КУТУСОВА** из Уфы, **Людмила Александровна КУШПЕТЮК** из г. Ковров Владимирской области, **Елена Викторовна ОРЛОВА** из Санкт-Петербурга, **Людмила Валентиновна ПЛИС** из г. Нарткала, Кабардино-Балкария, **Надежда Николаевна РАКИНА** из г. Спас-Клепики Рязанской области, **Евгений Фаузьевич РАФИКОВ** из г. Березники Пермской области, **Ниеля Антано САВИЦКЕНЕ** из пос. Хрустальное Калининградской области, **Ирина Степановна СТЕПАНОВА** из г. Чехов Московской области и **Наталия Михайловна ХУРТИНА** из пос. Верх-Дуброво Свердловской области.

Поздравляем победителей!

Наталия ХУРТИНА с мужем и сыновьями

Евгений РАФИКОВ на работе

Людмила АРТЕМЬЕВА с дочкой Танечкой

Венера КУТУСОВА

Ниеля САВИЦКЕНЕ

Надежда РАКИНА

Людмила КУШПЕТЮК

ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ

Дорогие читатели! Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло и его очередное приложение "Источник здоровья". В этом сборнике вы найдете много полезных советов, как встретить Новый год бодрым и здоровым.

Требуйте новый сборник у распространителей печатной продукции.

ISSN 1563-2334 9 771563 233006

Совсем мало времени осталось до завершения подписки на "Друга дома" на I полугодие 2003 года.

ПОТОРОПИТЕСЬ НА ПОЧТУ!

Чтобы получать любимую газету без хлопот и проблем, поторопитесь на почту, возьмите Объединенный каталог "Пресса России" (он зеленого цвета), откройте 1-й том на 90-й странице, найдите наш индекс - 34199 и оформите подписку на I полугодие 2003 года.

С "Другом" - не расставайтесь!

"Друг дома" № 47

Фамилия, имя, отчество_____

Домашний адрес_____

Покупали ли вы приложения к "Другу дома"?
Да, нет, их у нас не продают *(нужное подчеркнуть)*

"Друг дома" выписываю; покупаю регулярно; от случая к случаю; крайне редко; этот номер первый *(нужное подчеркнуть).*

Чтобы принять участие в розыгрыше призов, ответы необходимо отправить до 06.01.2003 г.

В КРУГУ СЕМЬИ

НАПРАСНАЯ ЖЕРТВА

Эмоциональная зависимость от мужчины - это капкан, в который попадают многие современные женщины. Результат - депрессия, невроз, соматические заболевания. Как избавиться от внутренней несвободы? На этот вопрос отвечает психоаналитик Ольга Александровна ЛУКИНА.

Эмоциональная зависимость чаще всего встречается у женщин, чьи мужья - состоятельные люди и от которых они зависят материально. Казалось бы, у них есть все. Нет только счастья. Часто их мужья заботливые, щедрые, талантливые. Что же мешает их супругам наслаждаться комфортной безбедной жизнью?

...Лена сидит передо мной, нервно теребит в руках кружевной носовой платок, в ее карих глазах дрожат слезы. "Что же мне теперь делать?" - растерянно спрашивает она, с надеждой заглядывая мне в глаза. Сейчас она похожа на ребенка, который потерял ключи от квартиры. Только у нее ситуация гораздо хуже, потому что потеряла ключи от собственной жизни. Сейчас она чувствует себя стоящей на краю обрыва, и ей не хочется жить. Моя задача - убедить ее, что в любом конце есть росток начала. Никогда не надо отчаиваться.

Лена пришла ко мне, чтобы я помогла ей изменить мужа. Она еще не понимает: дело не в муже, а в ней самой.

Лена и Олег познакомились в медицинском институте, который оба успешно закончили. После свадьбы она решила посвятить себя мужу, чтобы он смог сделать научную карьеру. И он ее сделал. Стал профессором. На себя же она

ность вызывала у Олега только раздражение. А она просто не знала, как еще заслужить любовь мужа. Вместо того чтобы не давать ему возможности унижать себя, она своим поведением провоцировала его на новые унижения. При этом ее сердце разрывалось от боли и безысходности.

Постепенно Лена привела свое эмоциональное состояние в порядок и решила, несмотря на запреты мужа, выйти на работу. Она закончила курсы повышения квалификации и продолжила работу над заброшенной диссертацией. Ей удалось вновь стать желанной.

Как и Лена, большинство моих клиенток обращаются ко мне за помощью в момент острого кризиса, когда оказываются в психологическом тупике. Почти у всех одна и та же проблема - эмоциональная зависимость от мужа. Многие годы они изо дня в день, из года в год жертвуют собой, растворяются в другом человеке. И слишком поздно понимают, что жили чужой жизнью. Развязка таких отношений всегда одинакова: муж начинает ими пренебрегать и уходит к другой. Только в момент тяжелого душевного потрясения женщины начинают искать выход, казалось бы, из безвыходного положения. Им нужна скорая помощь. И хотя

мировалась в детстве, в семьях, где родители никогда не воспринимали ребенка как самостоятельную личность. Дети, по их мнению, это существа, которые должны радовать папу и маму, постоянно заслуживать их любовь. Внешне это очень благополучные семьи. Родители не жалеют для девочки денег на дорогие игрушки, платья, путешествия. Их балуют, но даже не пытаются понять реальных потребностей ребенка. Они сами создают образ обожаемой куклы и очень расстраиваются, когда девочка не вписывается в него. В этом случае они отвергают ее и даже наказывают. "Ты плохая девочка, ты не любишь папу и маму, если поступаешь по-своему". Так же в штыки воспринимаются любые проявления негативных эмоций. "Разве можно сердиться на маму?" Вместо того чтобы научить девочку правильно выражать свои чувства, они принуждают их глубоко прятать. Но эмоции все же стихийно вырываются наружу в виде капризов и истерик, при которых родители разводят руками: "Какая неблагодарная девочка!" Это приводит к постоянной внутренней неудовлетворенности, скрытой депрессии ребенка. Таким образом, девочка с раннего детства словно заключает с родителями некую сдел-

дет себя, как родитель. Он заботливый, добрый, готовый сделать для нее очень многое в обмен на полное удовлетворение его запросов. И в конфликтных проявлениях, когда ее переполняют негативные эмоции, она в мгновение ока неосознанно оказывается в той детской ситуации.

Эта женщина бессознательно продолжает все время заслуживать любовь всеми известными ей способами. Она изо всех сил подстраивается под окружающих, часто ведет себя неестественно, пытаясь всем понравиться.

Никогда не поздно избавиться от эмоциональной зависимости.

Первый шаг. Задайте себе следующие вопросы: почему я позволяю мужу так относиться к себе? Как относились ко мне родители в детстве? Часто ли я поступаю так, как хочу? Почему я боюсь потерять мужа? Почему я боюсь остаться одна?

Ответив на эти вопросы письменно, вы многое поймете о себе.

Будьте предельно искренни.

В результате самоанализа вы, вероятнее всего, поймете, что живете по сценарию, написанному вашими родителями. Перепишите этот сценарий. Как? Начните жить, как хочется вам.

Второй шаг. Распутайте клубок детских чувств. Мысленно совершите экскурсию в детство. Для этого глубоко расслабьтесь и вспомните самые значимые для вас эмоционально окрашенные события. Чего вы больше всего боялись тогда и продолжаете бояться сейчас? Почему вы все время пытаетесь угодить мужу и забываете о собственных интересах? Возможно, потому, что вы боитесь: муж рассердится, как родители в детстве. Здесь истоки ваших проблем. В детстве вы больше все-

В каждом из нас живет внутренний ребенок: адаптивный и естественный. Адаптивный ребенок помогает нам гибко подстраиваться под окружающий мир. Естественный - смело выражает свои потребности.

Ваша задача "вытащить" из себя естественного ребенка, который запуган и подавлен запретами родителей. Найдите в себе точку опоры. Поймите, что вы - самостоятельная личность, у которой есть свои потребности. Начните их реализовывать. Вспомните, о чем мечтали в детстве. Может быть, хотели научиться петь, писать картины, или играть на фортепьяно, или стать учительницей?

Постепенно вы начнете осознавать свое истинное реальное я: чего хотите, то можете. Вы наконец поймете, что можете развиваться в том направлении, в котором хотите сами, без подсказок близких. И если вам это удастся, то вырветесь из капкана эмоциональной зависимости.

Четвертый шаг. Создание гармоничных отношений.

Часто семейные отношения выравниваются по мере того, как женщина начинает реализовывать свои потребности. Только не ждите идеальных отношений. Главное - задать правильный вектор, направление, по которому они будут развиваться. Полноценные отношения можно построить только на взаимном уважении. Это выражается в том, что никто никого не переделывает, а принимает таким, какой он есть. Гармоничные отношения возможны у двух самодостаточных личностей, каждая из которых развивается по своему сценарию. Они дополняют и обогащают друг друга. Один партнер не пытается

который оба успешно закончили. После свадьбы она решила посвятить себя мужу, чтобы он смог сделать научную карьеру. И он ее сделал. Стал профессором. На себя же она махнула рукой, потому что в глубине души считала мужа гораздо талантливее и умнее. Дети выросли. Несколько раз она порывалась выйти на работу, но муж был категорически против. "Ты должна быть дома", - говорил он в таких случаях. В течение многих лет она жила по распорядку, установленному Олегом: с утра надо сбегать за газетами, потом подать мужу кофе, чистую рубашку... Однажды он пришел домой и сказал: "Я встретил царицу: молодую, эффектную, капризную. Рядом с ней я чувствую себя королем, и я к ней уйду. Но не сейчас, а года через два, когда подрастет наш младший сын". Она спросила: "А я кто?" "А ты просто Лена, мать моих детей". Каждый вечер он тщательно одевался, душился французским одеколоном, садился в машину и уезжал. А Лена? Лена решила стать еще более образцовой хозяйкой, еще более послушной любовницей. Такая слепая покор-

пренебрегать и уходит к другой. Только в момент тяжелого душевного потрясения женщины начинают искать выход, казалось бы, из безвыходного положения. Им нужна скорая помощь. И хотя чаще всего их мужья действительно яркие, неординарные личности, их ошибка в том, что они ставили мужей слишком высоко, а значит, себя - низко.

Что же такое эмоциональная зависимость? Это когда один партнер удовлетворяет потребности другого в ущерб собственным. Чаще самопожертвование свойственно женщинам.

У женщины всегда есть внутреннее оправдание, почему она пренебрегает своими интересами. В глубине души она надеется, а точнее - строит иллюзии, что это ежедневное жертвоприношение будет по достоинству оценено и вознаграждено какой-то необыкновенной благодарностью. Но в жизни так не бывает. Ее ждет глубокое разочарование.

Почему женщины попадают в капкан эмоциональной зависимости?

Потому что страдают пограничным расстройством личности.

Жизненная установка, что любовь надо заслуживать, сфор-

раннего детства словно заключает с родителями некую сделку: она ведет себя так, как хотят родители, а взамен получает любовь, эмоциональное признание. Отношения развиваются по формуле: "Ты хорошая, если радуешь своих родителей". Вырастая, такая девочка находит мужа, который ве-

родители разводят руками: "Какая неблагодарная девочка!" Это приводит к постоянной внутренней неудовлетворенности, скрытой депрессии ребенка. Таким образом, девочка с

всего боялись тогда и продолжаете бояться сейчас? Почему вы все время пытаетесь угодить мужу и забываете о собственных интересах? Возможно, потому, что вы боитесь: муж рассердится, как родители в детстве. Здесь истоки ваших проблем. В детстве вы больше всего боялись быть отвергнутой и нелюбимой, не так ли? Но если в четырехлетнем возрасте вы не могли за себя постоять, то теперь можете.

Третий шаг. Найдите в себе точку опоры.

ется в том, что никто никого не переделывает, а принимает таким, какой он есть. Гармоничные отношения возможны у двух самодостаточных личностей, каждая из которых развивается по своему сценарию. Они дополняют и обогащают друг друга. Один партнер не пытается подавить другого и подчинить своей воле.

Любовь заслужить нельзя: либо она есть, либо нет.

Записала
Наталия МАКСИМОВА.

МОЯ ЛЮБОВЬ ИЗ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ

Бывает так, что ребенок, вернувшись домой из детского сада, заявляет, что влюблен. Не впадайте из-за этого в панику, а постарайтесь разобраться, действительно это любовь или симпатия, игра.

Для самого ребенка испытываемые им сильные эмоции вполне реальны - ведь сердечные дела важны для детей, как и для взрослых. Маленький мальчик может до слез расстроиться, что его Джульетта обиделась на него и отказывается с ним играть. Дети вообще очень сильно переживают потерю друга. И наоборот, эмоциональная близость другого маленького человека положительно влияет на развитие малыша, создает ему чувство защищенности, подпитывает психику.

Как помочь ребенку в такой ситуации? Родителям порой бывает трудно поверить, что это возможно сделать почти всегда - достаточно лишь внимательно выслушать малыша, отнестись серьезно к его откровениям. В противном случае ваш ребенок замкнется, уйдет в себя. Если он поделился с вами своими душевными переживаниями, поддержите беседу, расскажите ему о своей первой любви в детском саду или школе. В этом случае у вас появится шанс, что ребенок обратится к вам за советом в сердечных делах и в старшем возрасте, что его сердце будет открыто для вас.

Учтите, что в возрасте шести-семи лет дети уже прекрасно осознают свою принадлежность к полу. Это доказывает тот факт, что мальчики обожают своих сверстниц, а девочки кокетничают, прихорашиваются, стремятся понравиться. Влюбляясь в своих учителей или тренеров, девочки-подростки становятся раздражительными, невнимательными, приходят в школу с невыученными уроками. Имейте в виду - чаще всего влюбляются во взрослых дети из неполных семей. Так, девочки, выросшие без отца, скорее влюбятся в актера или учителя, чем их ровесницы, имеющие обоих родителей. В таких случаях вам полезно обратиться за консультацией к психологу, пишет польский журнал "Свят родзинны".

Ольга ФУРСОВА.

СВОЯ ТЕРРИТОРИЯ

- Вот ты говоришь, что я по жизни удачлива, - как-то разоткровенничалась моя бывшая сослуживица Ольга. - Наверное, со стороны это действительно так и выглядит. Знаю, знаю, что про меня говорят, - дескать, и материально полностью обеспечена, квартиру шикарную имеет, машину. Карьеру сделала, и от мужчин отбоя нет, живет в свое удовольствие. А я, не поверишь, хочу простого женского счастья, замуж хочу, да только вот почему-то все никак не получается. Хотя мужчинам нравлюсь, и ухаживают они за мной, но то ли мужчины не те, то ли я не такая, не понимаю даже, в чем дело... документы на столе. Но в то же время некоторые вещи казались мне странными - было непривычно, что кто-то моется в моей ванной, перекладывает по-своему вещи в комнате и ставит обувь не туда, как заведено у меня. Прошло где-то два-три месяца нашей совместной жизни, и однажды я поймала себя на том, что обрадовалась, когда как-то в выходной Олег поехал навестить родителей. Как же так, подумала я, ведь нам так хорошо вместе, я так люблю его, но при этом радуюсь, когда он уходит из дому?! Честно скажу, было ужасно стыдно себе признаваться, но, несмотря на любовь, Олег сильно мне мешал. Я не могла теперь позво-

старому вещи, закупила любимые продукты и с удовольствием залегла смотреть фильм про любовь. Господи, как же мне было хорошо! Какое удовольствие получала от тишины и полной свободы. Я опять была сама себе хозяйкой, и это было здорово... Долго думая над этой историей, пришла к выводу, что в этом смысле я какая-то неправильная, не как все женщины. Просто физически не могу существовать с мужчиной (даже с любимым!) под одной крышей. Видно, такая уж уродилась, что должна жить одна...

Подобная ситуация часто возникает у сильных женщин, которые долгое время живут в одиночестве. Они вполне уверены, что действительно хотят выйти замуж, но ужиться с мужчиной просто не в состоянии. И дело тут не в том, что не могут найти подходящего кандидата, они, скорее, на подсознательном уровне, просто не хотят его найти. А если такой все же находится - то тут же могут возникнуть ссоры, конфликты либо просто появляется непонятное раздражение, которое мешает жить вместе. Потому что на самом деле женщина не хочет отказываться от устоявшегося образа жизни, что-то менять, подстраиваться, и появление в своем доме мужчины неосознанно воспринимает как "вторжение" в ее личностное пространство. Естественно, что у нее тут же наступает защитная реакция - любым способом выгнать чужака со своей территории. И семейная жизнь практически обречена.

Как же совместить желание иметь мужа и стремление сохранить свою территорию в неприкосновенности? Если все-таки желание иметь семью у вас достаточно сильное, нужно заранее осознать все эти вещи и понять, что вы берете в дом не котенка, а взрослого человека, который, естественно,

Моя жена - холодная женщина, ей нужно один раз в неделю, а мне хотя бы один раз в день. Все 3 года, что мы женаты, у нас скандалы на этой почве. Я ее очень люблю, изменять или разводиться не хочу. Нельзя ли мне принимать какие-то препараты, чтобы уменьшить свое влечение? Мне 26 лет, здоров.

Николай. Рязань.

ЛЕД И ПЛАМЕНЬ

Половое влечение у человека, как и все другие качества, состоит из двух частей - физической (биологической) и психологической. То, что дано от рождения, то есть врожденные способности, невозможно увеличить намного, а вот уменьшить, а то и вовсе задавить - можно. Но и в усилении, и в уменьшении основная роль принадлежит части психологической: воспитанию, взаимоотношениям, мнению общества или близких людей.

Физически крепкая девочка может стать чемпионкой мира по бегу или просидит всю жизнь в инвалидном кресле - если ей не повезет в детстве. Но, скорее всего, она будет чемпионкой школы, а потом выйдет замуж и не узнает о возможной карьере спортсменки.

Все это относится к способностям, для осуществления которых необходимы внимание и помощь общества. А вот сексуальные способности реализуются в рамках пары или семьи и, казалось бы, меньше зависят от внешних воздействий. Но на самом деле это вовсе не так.

Половая конституция мужчины - совокупность разных показателей сексуальности, которая отражает его запросы и возможности, способность переносить воздержание или повышенные нагрузки. Сюда входят биологические моменты - возраст первого семяизвержения, выраженность оволосения, длина ног и т.д., а также и социальные - возраст начала половой жизни, количество половых актов в неделю, были ли по-

ного. Скорее, он временно потеряет и то, что имеет, - организм сам включит систему предохранения от перенапряжения. Причем в паре "сильный - слабая" неизвестно, кто будет страдать больше. Если сильный недополучает, то он в проигрыше. Но если слабая женщина вынуждена вступать в совершенно ненужные ей сношения, то страдать будет она. Весь вопрос лишь в том, на что оба супруга готовы пойти, чтобы установить некое равновесие, - чтобы оба не слишком много теряли, но зато приобретали по максимуму.

В таких условиях вовсе не нужно прибегать к таким катастрофическим мерам, как лекарственное снижение потенции, гораздо правильнее (хотя и труднее) найти общий язык. К сожалению, в подобных случаях люди имеют в виду сложности, связанные с участием в сношении как таковом. Ну так мы воспитаны, что многие весь секс сводят только к сношению, забывая, что страна любви - огромна и многообразна.

Между тем для обоих супругов в ситуации с разной силой влечения вполне к месту было бы прибегать к заместительным видам интимного общения. Для слабой половины участие в петтинге, ласках, оральных контактах означает возможность быть активной, не испытывая особого возбуждения, а для мужчины - и не иметь эрекции. А для сильной половины заместительные контакты - путь к освобождению от излишнего возбуждения

го счастья, замуж хочу, да только вот почему-то все ничего не получается. Хотя мужчинам нравлюсь, и ухаживают они за мной, но то ли мужчины не те, то ли я не такая, не понимаю даже, в чем дело... Вот, к примеру, пару лет назад познакомилась с Олегом. Это был один из немногих мужчин, с которым мне было действительно интересно, я открыто признавала его превосходство, да и вообще влюбилась в него, как школьница... Встречались мы с ним где-то полгода, и однажды Олег предложил - давай жить вместе. Я обрадовалась, потому что посчитала это первым шагом к созданию семьи. О загсе он пока молчал, но я была уверена, что через какое-то время этот вопрос будет обсуждаться. В первые же выходные он ко мне и переехал. Я тщательно готовилась к этому - вычистила до блеска квартиру, освободила ему всякие полочки-ящички, приготовила вкусный ужин. В тот вечер мы говорили только о любви, о том, как хорошо нам будет вместе. И вот началась наша совместная жизнь. Надо сказать, что Олег был первым мужчиной, который поселился в моем доме. Да, может, это и смешно, но я дожила почти до тридцати лет и всегда довольно ревностно охраняла свою территорию.

Теперь старалась пораньше улизнуть с работы, чтобы приготовить ужин и вообще как-то привести себя в порядок до возвращения любимого. У меня был почти что муж - умный, любящий, интересный, и эта мысль меня здорово грела. Сначала меня многое умиляло - его рубашки на спинках стула, одеколон в ванной, брошенные книжки и

родителей. Как же так, подумала я, ведь нам так хорошо вместе, я так люблю его, но при этом радуюсь, когда он уходит из дому?! Честно скажу, было ужасно стыдно себе признаваться, но, несмотря на любовь, Олег сильно мне мешал. Я не могла теперь позволить себе поваляться в ванне с книгой и походить растрепанной и в кремах, не могла есть то, что любила раньше, теперь приходилось подстраиваться под вкусы Олега. Даже по телевизору зачастую была вынуждена смотреть вместе с ним дурацкие боевики и делать вид, что мне интересно. И кроме того, почти каждый вечер меня грузили рабочими проблемами, а я так уставала от своих собственных... Я мысленно скрипела зубами и слушала, хотя больше всего на свете хотелось, чтобы меня оставили в покое. Мои приятельницы почти перестали звонить, объясняя, что наш телефон все время занят, и это было действительно так - Олегу то и дело кто-то звонил. В общем, время шло, и ситуация в нашем доме все больше и больше менялась. Теперь почти всегда были радость от отсутствия Олега и раздражение от его присутствия. В конце концов, он заметил мои постоянно сжатые зубы и напряженное лицо и спросил, что происходит. И не успокоился, пока не вытянул из меня всю правду. Целый вечер он ходил мрачнее тучи, а потом сказал, что принял решение: он возвращается к себе домой, но мы по-прежнему будем иногда встречаться. Я умоляла его не уезжать, твердила, что все наладится (терять мне его совсем не хотелось!). Но... после его отъезда вздохнула с огромным облегчением. Переставила по-

вас достаточно сильное, нужно заранее осознать все эти вещи и понять, что вы берете в дом не котенка, а взрослого человека, который, естественно, внесет свои изменения в устоявшийся уклад. Будьте готовы, что вам придется от многого отказаться, где-то потерпеть, где-то подстроиться. Нужно забыть о том, как вы жили раньше, и целиком перестроить себя на другую, новую, жизнь. В этом случае притирка и подстройка будут идти гораздо дольше, чем в юном возрасте, когда жених и невеста только что вышли из родительского дома, обычно взрослые люди, привыкшие к одиночеству, вырабатывают общий стиль жизни в течение двух, а то и трех лет. Готовы ли вы к этому? А может быть, действительно для вас оптимальный вариант - это просто встречи с любимым в удобное для вас время?

Процесс пройдет менее болезненно, если вы начнете строительство новой жизни не на своей территории - может быть, это будет, к примеру, обмен квартиры либо ремонт той, что есть, но с полной сменой всей мебели, с переделом всего пространства... В этом случае уже изначально вы будете строить общий дом с общими привычками, общим порядком. И чисто психологически это будет уже ваша общая территория, которую вы завоевали и освоили вместе. В такой ситуации будет гораздо проще договориться и ужиться друг с другом.

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.

Юрий ПРОКОПЕНКО,
врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

возможностей. Половая конституция мужчины - совокупность разных показателей сексуальности, которая отражает его запросы и возможности, способность переносить воздержание или повышенные нагрузки. Сюда входят биологические моменты - возраст первого семяизвержения, выраженность оволосения, длина ног и т.д., а также и социальные - возраст начала половой жизни, количество половых актов в неделю, были ли повторные сношения за одну встречу и сколько. Понятно, что социальные показатели напрямую зависят от взаимоотношений с партнершей, возраста заключения брака, общего воспитания и мужа, и жены.

Можно говорить о том, что брак "холодной" женщины и мужчины с сильной половой конституцией рано или поздно приведет к тому, что мужчина не будет добираться до своего "потолка", хотя это вовсе не обязательно вызовет какие-то сексуальные проблемы. А вот проблемы взаимоотношений - вполне.

Вообще понятия нормы, повышенной или сниженной сексуальности - весьма сложны. Раз в неделю для кого-то слишком мало, а для кого-то слишком много. Это зависит и от конституции, и от отношений, и от возраста, и от многого другого. Так что вопрос, кого под кого подгонять, - относителен. Единственное, чего ни в коем случае делать нельзя, - это стимулировать мужчину к постоянному напряжению его сексуальности. Как бы ни заводить слабого мужчину, ему никогда не достичь показателей сильругов в ситуации с разной силой влечения вполне к месту было бы прибегать к заместительным видам интимного общения. Для слабой половины участие в петтинге, ласках, оральных контактах означает возможность быть активной, не испытывая особого возбуждения, а для мужчины - и не имея эрекции. А для сильной половины заместительные контакты - путь к освобождению от излишнего возбуждения, снятию сексуального напряжения в условиях двустороннего контакта.

Казалось бы, все просто: одно сношение в неделю может быть дополнено тремя контактами в виде петтинга (ласк, завершающихся оргазмом без соприкосновения половых органов). Но тут нередко возникает нежелание недополучающей стороны заниматься "игрушками" вместо полового акта. Как это - вместо полноценного сношения получить какие-то игры и поцелуи? Вот тут и выявляются подлинные причины, казалось бы, сексуального конфликта: супруги просто не умеют приспосабливаться к возможностям и запросам партнера, не обладают достаточной гибкостью, чтобы принять то, что возможно, вместо того, что хочется. Так что большинство конфликтов на почве разницы в темпераменте должен разбирать не сексолог, а психолог. Но это уже совсем другая история...

ЖЕНЩИНЫ СТАРЕЮТ БЫСТРЕЕ

В Болгарии прошла международная конференция под названием "Проблемная медицина". Медики из 30 стран обменивались мнениями по поводу лечения некоторых трудных болезней, которые доставляют человечеству множество хлопот. На конференции было обнародовано и немало интересной информации.

Например, выяснилось, что женщины стареют быстрее мужчин. В это трудно поверить потому, что мы знаем: наши милые дамы, по статистике, живут дольше. Однако австралийские исследователи из группы геронтологов и гинекологов Девида Денсина официально доказали, что женщины стареют быстрее, чем предполагалось раньше. Биологические часы женщин начинают отмерять их возраст намного раньше, чем у мужчины. Последние исследования показали, что детородные способности женщин сильно понижаются к 27-29 годам, а не к 35-36, как принято считать сегодня.

Это означает, говорят ученые, что женщинам, откладывающим материнство на потом, озабоченным карьерным ростом, стоит подумать о потомстве намного раньше, чтобы не было проблем в будущем. Забеременеть деловым представительницам прекрасного пола даже в самом расцвете своих лет при великолепных самочувствии и форме намного труднее, чем женщинам до тридцати.

Руководитель исследования Девид Денсин заявляет, что тридцатилетним женщинам не следует беспокоиться, но лучше тоже не медлить с рождением ребенка. Дети у молодых мам рождаются крепкими, здоровыми, они меньше болеют, лучше и быстрее развиваются.

У женщин в возрасте между 19 и 26 годами шанс зачатия в два раза выше, чем у женщин между 35 и 39 годами. А вот у мужчин, утверждают ученые, возможность к воспроизводству потомства понижается, но незначительно, после 40 лет. Однако живут мужчины, несмотря на то что остаются "вечно" молодыми, все-таки меньше женщин...

Александр КУРБАТОВ.

ПОСЛЕДНЯЯ ЗАТЯЖКА?

Можно ли бросить курить, не прибегая к услугам врачей? Я пробовал три раза - без толку, больше двух-трех дней не выдерживаю.

Андрей ДЕМИДОВ.
Уфа.

Все зависит от типа никотиновой зависимости. У большинства людей зависимость психофизиологического характера. То есть курение для них своего рода вредная привычка, некое моторное действие вроде пе-

Проблемой увеличения продолжительности жизни давно и усиленно занимаются ученые всего мира. Рецептов разрабатывается множество. Шесть из них опубликовала на своих страницах польская газета "Жиче". Они, правда, далеко не исчерпывают проблему и не учитывают всех аспектов повседневной жизни. Однако соблюдение предлагаемых правил несомненно принесет пользу. Итак:

КОДЕКС ДОЛГОЖИТЕЛЯ

1. Сотрудники ботанической лаборатории Александрийского университета (Египет) советуют есть яблоки очень медленно. Если на съедение одного яблока потратить пятнадцать минут, то органические кислоты и пектиновые вещества, содержащиеся в кожуре и мякоти, успеют уничтожить до 90 процентов вредоносных бактерий в полости рта. А если у вас хватит терпения и вы сумеете продержать яблочную кашицу во рту около двух часов, погибнут и остальные 10 процентов бактерий.

2. Специалисты установили, что шум в 30 процентах случаев является причиной преждевременного старения жителей крупных городов. В среднем дополнительные децибелы сокращают жизнь горожан на десять лет. Поэтому чаще выезжайте за город. А если хватит мужества, обменяйте свое жилье в центре на квартиру в "спальном районе".

3. От высокого артериального давления людей спасают домашние животные: кошки, собаки, птицы, аквариумные рыбки. Эту житейскую истину еще раз подтвердили ученые Сиднейского университета (Австралия). Они обследовали 6 тысяч человек в возрасте от 20 до 60 лет и установили, что общение с домашним любим-

певцов и певиц Нью-Йоркского оперного театра. Хотя и не все знаменитые теноры, басы и сопрано тщательно заботятся о своем здоровье, но объем легких у всех - как у хорошо тренированных атлетов. Исследования показали, что частое громкое пение развивает не только грудную клетку, но и сердеч-

риск заболевания раком кишечника. Достаточно каждый день съедать по паре ложек. К такому выводу после серии исследований пришли специалисты Института питания в Гессене (Германия).

5. Люди со злобным и неуживчивым характером имеют в пять раз меньше шансов дожить даже до пятидесяти лет, чем спокойные и доверчивые. Объясняется это тем, что во время приступа гнева у человека подскакивает кровяное давление, а также возрастает содержание холестерина в крови. Поэтому те, кто часто злятся, обычно умирают раньше.

6. Если вы хотите улучшить здоровье и продлить жизнь - пойте. Даже если у вас нет музыкального слуха и красивого голоса. В конце концов самодеятельным вокалом можно заниматься и в одиночестве при закрытых дверях, во время уборки, готовки или стирки. Совет этот дают американские врачи, занимавшиеся обследованием

моторное действие вроде перебирания четок, ритуал. При этом потребность в никотине у них есть, но эта причина не главная.

Существует методика, позволяющая если и не совсем бросить курить, то хотя бы свести количество сигарет к минимуму. Основана она на экономическом стимуле и аутотренинге. Прежде всего - никаких сроков, зароков и обещаний типа "с понедельника брошу вообще" или "пачку докурю и брошу". Скажите себе: "Я не хочу отказываться от табака совсем; я хочу курить меньше, чем сейчас, а если получится - и вовсе брошу". Такой постановкой задачи вы как бы оставляете себе лазейку, возможность отступить без потери лица перед самим собой. После этого возьмите калькулятор и посчитайте, сколько вы "пускаете на дым" в месяц. Прикиньте: сколько полезных и приятных вещей вы могли бы купить на эти деньги за полгода, за год? Какая перспектива... Нет, конечно, сумма-то будет поменьше - вы же не собираетесь совсем отказывать себе в маленьком удовольствии подымить, если захочется? Именно захочется.

Напишите на бумажках всякие плакатики типа "А хочу ли я курить?", "Уверен ли я, что хочу курить?", "Может, подождать полчасика?", "Нужна ли мне сигарета прямо сейчас?" И, взявшись за пачку сигарет, прочитайте плакатик, который в данный момент перед глазами. Если вам хочется покурить, ни в коем случае не лишайте удовольствия себя, любимого. Но

в девяти случаях из десяти почувствуете, что курить-то вам в принципе не хочется! По крайней мере, сейчас. После этого (когда вы решите, что "не хочется" двадцать раз - за день или два, не суть важно) смело вынимайте из бумажника стоимость пачки сигарет и кладите в копилочку. Таким образом реально снизить количество выкуриваемых сигарет в 4-5 раз. После этого вполне можно бросать курить вовсе (сигареты в кармане лучше все-таки иметь), на худой конец останетесь "покуривальщиком": все больше пользы для здоровья и кармана!

Но если вы, несмотря на все проделанные процедуры, каждый раз отвечаете: "Да, я хочу покурить именно сейчас", возможно, в силу тех или иных особенностей организма физиологическая составляющая в вашем пристрастии к сигаретам все-таки превалирует. Лучше не ломать себя, и если уж вы решили бросить курить - обращайтесь к доктору. Сейчас существует множество препаратов, сводящих на нет никотиновую зависимость за месяц-другой.

Алексей ИВАНОВ, психолог.

ного давления людей спасают домашние животные: кошки, собаки, птицы, аквариумные рыбки. Эту житейскую истину еще раз подтвердили ученые Сиднейского университета (Австралия). Они обследовали 6 тысяч человек в возрасте от 20 до 60 лет и установили, что общение с домашним любимцем полезно не меньше, чем гимнастика и вегетарианская диета, и даже снижает уровень холестерина в крови.

4. Тот, кто по крайней мере два раза в неделю ест квашеную капусту, существенно снижает

занимавшиеся обследованием певцов и певиц Нью-Йоркского оперного театра. Хотя и не все знаменитые теноры, басы и сопрано тщательно заботятся о своем здоровье, но объем легких у всех - как у хорошо тренированных атлетов. Исследования показали, что частое громкое пение развивает не только грудную клетку, но и сердечные мышцы. Именно поэтому большинство профессиональных певцов доживают до почтенного возраста.

Татьяна ГУРЬЕВА.

ГРАНИЦЫ ОПАСНОСТИ

Опасно ли артериальное давление 140/60?

Наталья ГАНЮШКИНА. г. Сорочинск Оренбургской области.

Артериальные гипертензии - повышение давления в сосудистом русле - достаточно условная "опасность". В практической работе врач (и соответственно больной) ориентируется на величины так называемого случайного давления, измеряемого у больного после пятиминутного отдыха в положении сидя. Плечо, на которое накладывают манжету, должно находиться на уровне сердца, резиновый резервуар манжеты должен охватывать плечо по меньшей мере на две трети, манжета не должна наползать на локтевой сгиб. Артериальное давление (АД) измеряют трижды подряд и принимают в расчет самые низкие величины. При первом осмотре больного врач обязан измерить давление на обеих руках, а при соответствующих показаниях - и на ногах.

У здоровых людей 20-40 лет "случайное" АД обычно ниже 140/90 мм ртутного столба, у лиц в возрасте от 41 года до 60 лет - ниже 145/90 мм ртутного столба, у здоровых людей старше 60 лет "верхнее" давление в большинстве случаев не превышает 160, а "нижнее" - 90 мм ртутного столба. Если эти показания выше или ниже этой относительной нормы, можно говорить соответственно о таких заболеваниях, как гипертония или гипотония.

Аркадий РОЗУМНЫЙ, врач, кандидат медицинских наук.

НЕ ТАК СТРАШЕН ЭКРАН...

Правда ли, что излучение от телевизора, холодильника и других электроприборов, особенно с их задней стороны, очень опасно?

Оксана РОГОВА. г. Барнаул Алтайского края.

Действительно, телевизор сзади несколько вреднее, чем спереди. И не только телевизор. Кстати, "грешат" этим старые модели электроприборов, в современных телевизорах, компьютерах существуют специальные экраны, или так называемые контуры защиты. Но мало кто может себе позволить тот же телевизор последнего поколения. Поэтому, действительно, не стоит спать сзади от телевизора. По крайней мере, расстояние должно быть более метра. Если телевизор стоит задом к вам за стенкой, сделайте простейший экран - лист фольги на стенке. Его, кстати, можно заклеить обоями - и видно не будет.

Алексей АЛЕКСЕЕНКО, врач.

РАСТИ, МАЛЫШ, ЗДОРОВЫМ

У врачей еще с доперестроечных времен сложилась концепция: "Здоровая мама - здоровый малыш". Пока теория опережает практику. И дышим не тем, и пьем не то, и едим что попало. И, что самое ужасное, помещаем в эту "загрязненную среду" маленьких своих детей. В общем-то их особенно и девать-то некуда, однако...

Как избавить младенцев от многих неприятных болезней и самим не заработать новых, сегодня вам советует краснодарский детский врач с 40-летним стажем.

В частности, тетрациклинов, торхинолонов и т.д. Обломки от этих не полностью разложившихся веществ очень плохо воздействуют не только на детский, но и на взрослый организм. Брать молоко от коровы, пасущейся на чистом лугу, не у всякого есть возможность. Кипятить? Да, конечно. Но очень маленьким детям первого года жизни неочищенное, непереработанное, хоть и разведенное, но не подготовленное к детскому организму молоко не стоит давать. Даже молочные продукты, обогащенные бифидобактериями, как это сейчас модно, давать можно только после года.

Творог тоже содержит все то, что и молоко, да еще и в концентрированном виде. Собственно, это непереработанный концентрированный белок молока, поэтому ребенка до года этим также кормить не следует.

Еще один вопрос - сливочное масло. Его желательно вводить в рацион только к концу первого года и даже еще позже. Полугодовалому ребенку, семи-девятимесячному желательно все же готовить картошечку и кашки на масле растительном, которое имеет полиненасыщенные жирные кислоты, очень нужные для его маленького организма.

Совсем нежелательно кормить деток до года и мясными бульонами. Хотя раньше их даже рекомендовали. Но то было раньше. А сейчас в мясных бульонах из тех коров, про которых мы говорили, также содержатся обломки различных лекарств, очень вредных, которые могут крайне неприятно влиять на состояние организма ребенка, вызывая аллергию. Более того, получив первый раз бульон, ребенок может просто-напросто попасть в реанимацию, что было у нас в больнице буквально на днях... Поэтому

мясо с овощным (луч-

месить" туда все что угодно... Вместо желтка можно давать растительное масло и отварное мясо, как уже говорилось.

И наконец, о хлебе. Пока растет пшеница, ее, как правило, многократно обрабатывают. Пестициды накапливаются и могут отложиться не в самом зерне, а в его оболочке. В плохо обработанной муке - в магазинах она продается как мука второго сорта - перемешаны эти размельченные оболочки зерна. И пестициды тоже будут оставаться в муке. Поэтому желательно иметь дома муку высокосортную, хорошо очищенную, из чистого зерна, а не из его оболочки...

Вопросы эти серьезны и актуальны для всех членов семьи, а не только для грудных детей и беременных женщин. Мне не совсем понятно иногда назначение отрубей, например, детям для стимуляции кишечника. Ведь мы не можем точно сказать, какие это отруби и сколько они содержат химии. Иногда этого никто не может сказать. Да к тому же существует очень много других веществ, стимулирующих кишечник.

Очень важный вопрос - консервы. Рыбные в течение года накапливают огромное количество различных металлов. Детям консервы давать вообще нельзя. Речь не идет о консервах, например, мясных, которые сделаны специально для детского питания. Там баночка обработана особым путем. Но обязательно обращайте внимание на срок годности.

При всем этом хочу заметить, что, если малыш получает полноценное грудное молоко или адаптированные детские смеси, ему вообще как можно меньше нужно давать иные продукты, и все докормы и прикормы надо начинать значительно позже, чем это обычно сейчас практикуют родители.

Мила ШИМАНСКАЯ,
врач-педиатр высшей категории.

(К)

Витаминно-минеральный комплекс для глаз

"ОКОВИТ С МОРКОВЬЮ" ВАШИХ ГЛАЗ ЗДОРОВЬЕ

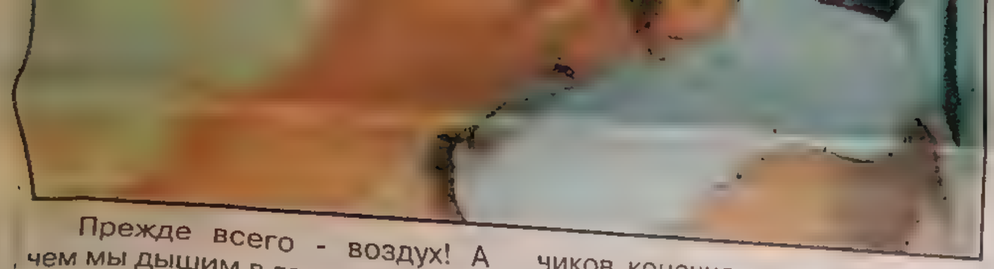
Включает все необходимые витамины и микроэлементы для защиты зрения в условиях повышенной зрительной нагрузки.

- ✓ **Снимает усталость глаз**
- ✓ **Останавливает развитие близорукости (миопии) и катаракты**
- ✓ **Нейтрализует вредное воздействие телевизора, компьютера**

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!

Тел. (095) 786-34-00, 137-01-16, 444-17-11, 128-66-58 (812) 310-14-49

Консультации специалистов: тел. (095) 959-94-93 (с 9⁰⁰ до 15⁰⁰)



Прежде всего - воздух! А чем мы дышим в городах? Больше того, городской смог, оседавший на листья и траву, становится достоянием наших обедов в том случае, если мы покупаем петрушку у торговки, посеявшей семена за калиткой вдоль шоссе.

Маленьких детей до годика возят, как известно, в коляске. Желательно, чтобы ваша коляска была более высокой, чтобы ребенок не дышал осажденным смогом.

Следующий "наружный" неблагоприятный момент - различные загрязненные дожди. Все знают, что дождь нынче не такой чистый, как был раньше. Но, как ни странно, забывают, что дождевая вода не является чистой водой и быть "приятным теплым летним душем" уже давно не может. Вода и в почве, и в реках, и в колодцах зачастую и в основном загрязнена, и детям, особенно маленьким, и беременным женщинам (да и всем остальным, признаться) желательно пить очищенную воду. Питьевая вода специально для детей и взрослых продается. Но не у всех есть возможность ее купить. К счастью, у нас давно появилась целая сеть систем домашней очистки воды. Поэтому организовать дома фильтр - не проблема. Пусть самый простой, примитивный, по типу кувшина с угольным очистителем. И пользоваться хотя бы такой водой. Другую воду, совсем неочищенную, брать для приготовления детских кашек и супчиков конечно же нельзя. А вот если у вас есть папа, автомобиль и пара канистр по 50 литров и к тому же время и возможность привозить воду из лесного чистого родника - это здорово.

Во время паводков весной нитраты, которые со временем превращаются в очень опасные яды - нитриты, могут оказаться в местном колодце. Покормив ребенка смесью, разведенной такой водицей, а это получается практически около литра в сутки, его можно просто-напросто отравить. Это все весьма серьезно, потому что состояние ребенка может оказаться очень тяжелым...

Теперь хочу обратить ваше внимание на еду, а точнее - на пестицидное загрязнение продуктов, появляющихся на нашем столе. Увы, и рыбу, живущую в воде, не миновала печальная участь. Например, в Краснодарском крае очень многие семьи, пытаясь свести концы с концами, ловят рыбу в каналах рисовых чеков и во всевозможных отстойниках. Такую рыбу нельзя давать детям, и беременные женщины, особенно в первые месяцы, тоже не должны ее есть. Поскольку на базаре не отличишь, где была поймана щука, из соображений безопасности лучше выбирать судака и варить его.

Что касается молочных продуктов... Нужно сказать, что корова в течение своей нелегкой коровьей жизни получает очень много различных лекарств для профилактики разных болезней. Которые могут крайне неприятно влиять на состояние организма ребенка, вызывая аллергию. Более того, получив первый раз бульон, ребенок может просто-напросто попасть в реанимацию, что было у нас в больнице буквально на днях... Поэтому отварное мясо с овощным (лучше всего, конечно, из своих дачных овощей) бульоном - блюдо вполне приемлемое.

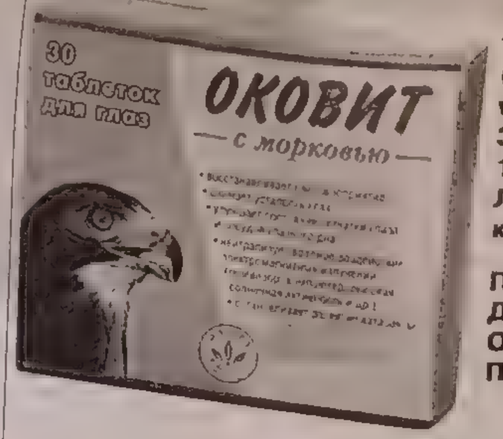
Теперь о курице. Надо сказать, что курица очищается яйцами. И в яйцо иногда попадает все то грязное, что может съедать курица. Я имею в виду химически грязное... Поэтому ребенку до года желательно - это мое личное мнение - желток вообще не давать. Курица может "выбро-

✓ **И катаракты**

✓ **Нейтрализует вредное воздействие телевизора, компьютера**

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!

Тел. (095) 786-34-00, 137-01-16, 444-17-11, 128-66-58 (812) 310-14-49



Консультации специалиста: тел. (095) 959-94-93 (с 9⁰⁰ до 15⁰⁰)
www.fitora.ru
Заказ по почте: 119119, Москва, Ленинский проспект, 42, ком. 32-16.

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО РЕКЛАМНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ ПРИ ЗАКАЗЕ ПО ПОЧТЕ СКИДКА 5%

Регистрационное удостоверение № 003750.Р.643.01.2002

ЗИМНИЙ ЗУД

С наступлением зимы у миллионов людей начинает без всякой видимой причины чесаться тело, причем с возрастом чесание усиливается, чаще всего чешутся ноги. Расчесав себя до появления сыпи и прочих неприятностей и лишь усугубив картину, страдалец идет к врачу, а тот уже не может определить причину болезни.

А серьезной болезни-то в большинстве случаев нет. Как пишет американский журнал "Хелс", это явление получило название "зимний зуд" и вызывается сухостью кожи людей, находящихся большую часть времени в теплых, но слишком сухих отапливаемых помещениях. Особенно вредны в этом отношении системы отопления, нагнетающие сухой горячий воздух. Советы, которые дает журнал, сводятся в принципе к одному: избавиться от сухости кожи.

Первейшее необходимое условие - увлажните воздух в помещении. Сделать это можно с помощью выпускаемых промышленностью увлажнителей или просто поставив в квартире тазики с водой. Сухую кожу нельзя часто мыть. Душ рекомендуется принимать один раз в два-три дня. Избегайте пользоваться мылом или иными моющими средствами, иссушающими кожу. После мытья нанесите на тело тонкий слой увлажняющего крема. При этом вовсе нет необходимости гоняться за модными дорогостоящими лосьонами.

Применимы эти советы лишь при отсутствии кожных заболеваний, а также заболеваний внутренних органов, сопровождающихся зудом кожи. Это может иметь место при болезнях печени, почек, при раке лимфатических желез, болезнях крови, связанных с излишним количеством красных кровяных телец. Зуд появляется также при расстройствах периферийной нервной системы и плохом венозном и артериальном кровообращении. Если добавить сюда многочисленные кожные заболевания, то отличить от них зимнее чесание может лишь специалист.

Олег ПИВОВАРОВ.

НАРЯДНЫЕ ЖИЛЕТЫ

Эти оригинальные и несложные в исполнении безрукавки под силу связать даже начинающим мастерицам. Немного усилий - и Новый год вы встретите нарядно одетой в сделанной своими руками вещи.

Ольга ЦАПЛИНА

БЕЗРУКАВКА С РУКАВАМИ

Вам потребуется: 500 г пряжи пастельных тонов, спицы № 6, спицы чулочные № 5 для обвязки горловины.

Плотность вязания 10 х 10 см = 13 петель х 18 рядов.

Перед и спинка одинаковые. Наберите на спицы № 6 59 петель и свяжите 2 ряда изнаночными. Затем вяжите рисунок "Паркет":

1-й ряд - кромочная, *1 лицевая, 1 прямой накид, 5 лицевых, 3 вместе лицевой, 5 лицевых, 1 накид обратный* - повторять от * до *, 5 лицевых, 1 обратный накид, 1 лицевая, кромочная.

2-й ряд и все четные по рисунку, накиды вязать скрещенной изнаночной. Повторять 1-й и 2-й ряды, меняя цвета в произвольном порядке от темного к светлому тону пряжи. Через 32 см закройте с двух сторон в начале ряда 2 раза по 2 петли. Оставшуюся 51 петлю вяжите:

1-й ряд - кромочная, 3 лицевые, 2 вместе с наклоном вправо, *5 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 5 лицевых, 3 вместе лицевой* - повторить от * до * 2 раза, 5 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 2 вместе лицевой влево, 3 лицевые, кромочная.

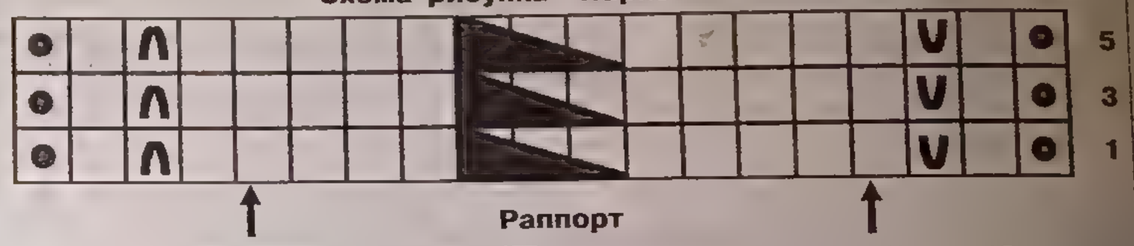
2-й ряд - по рисунку.

Повторите 2 ряда до плечевых линий. Затем закройте по 12 петель в начале лицевого и в начале изнаночного рядов для плечевых линий. Центральные 27 петель сбросьте на дополнительную спицу.

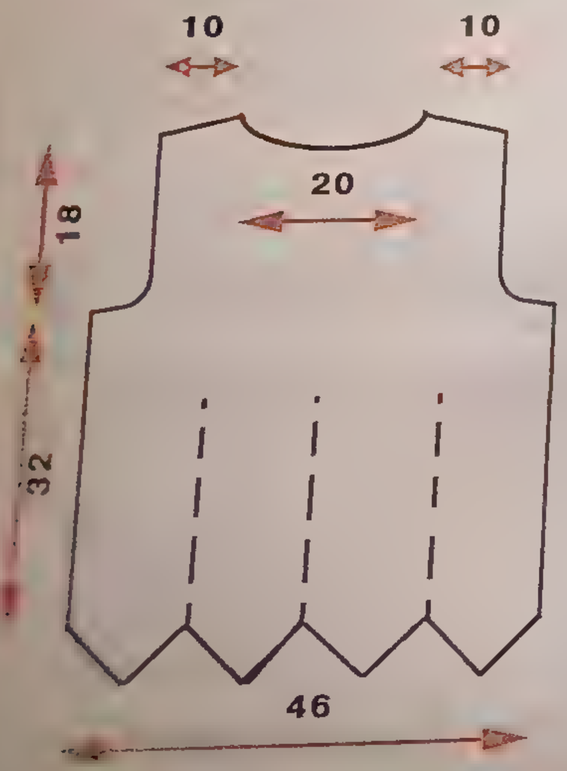
Рукав. Наберите 45 петель и свяжите 2 ряда изнаночными, затем вяжите рисунком "Паркет". Через 15 см для сужения рукава в одном ряду рисунка не делайте накиды. Оставшиеся 39 петель довяжите прямо 50 см и закройте.

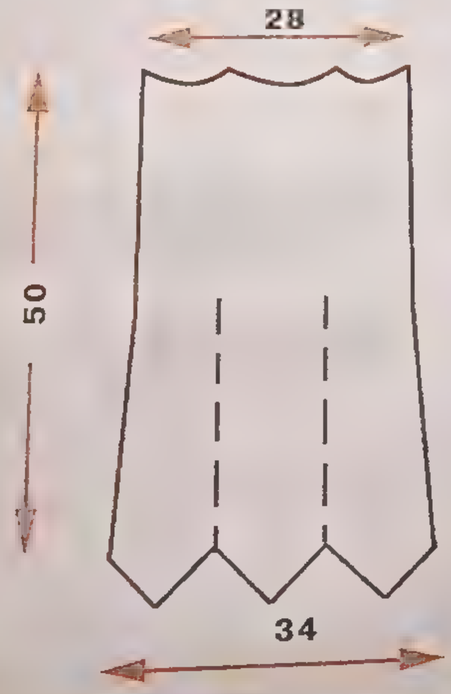
Сборка. Сделайте плечевые швы. Наберите открытые петли горловины на чулочные спицы № 5 и свяжите по кругу обвязку 3-4 ряда изнаночными. Сделайте боковые швы. Сшейте рукава. Пройму по желанию можете обработать крючком столбиками без накида или оставить ее необработанной при условии, что кромочные петли связаны правильно и аккуратно.

Схема рисунка "Паркет"

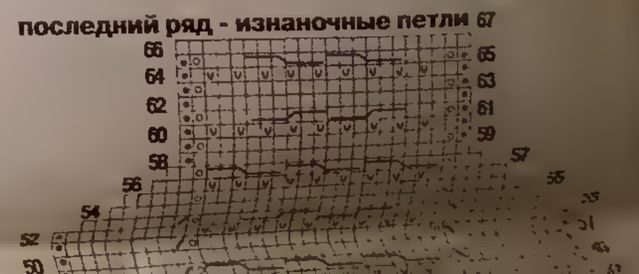


- кромочная
- лицевая
- прямой накид
- обратный накид
- 3 вместе лицевой





СИРЕНЕВАЯ БЕЗРУКАВКА



СИРЕНЕВАЯ БЕЗРУКАВКА

Размер 44-46

Вам потребуется: 350 г шерсти *"Лиза" в 3 сложения, спицы № 12. Плотность вязания: 10 х 10 см = 10* петель х 14 рядов.

Перед. Наберите 46 петель и свяжите 2 ряда изнаночными петлями.

Затем вяжите по схеме:

1-й ряд - кромочная, 1 лицевая, 1 прямой накид, 19 лицевых, 2 вместе лицевой влево, 2 вместе лицевой вправо, 19 лицевых, 1 накид обратный, 1 лицевая, кромочная.

2-й ряд и все четные - по рисунку, накиды вязать скрещенной изнаночной.

1-й и 2-й ряды повторить 3 раза.

7-й ряд - кромочная, 1 лицевая, 1 накид, 9 лицевых, 2 вместе влево, 1 изнаночная, 18 лицевых, 1 изнаночная, 2 вместе вправо, 9 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, кромочная.

8-й ряд - по рисунку.

9-й ряд - как 7-й.

10-й ряд - кромочная, 1 изнаночная, 1 скрещенная изнаночная, 10 изнаночных, 1 лицевая, 2 изнаночных, 1 накид - 9 раз, 1 лицевая, 10 изнаночных, 1 скрещенная изнаночная, 1 изнаночная, кромочная.

11-й ряд - кромочная, 1 лицевая, 1 накид, 9 лицевых, 2 вместе лицевые влево, 1 изнаночная, 6 петель перекрестить влево, 6 лицевых, 6 петель перекрестить направо, 1 изнаночная, 2 вместе лицевой вправо, 9 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, кромочная. Накиды, связанные в 10-м ряду, сбрасывайте, за счет этого петли вытягиваются, и их легче перекрещивать.

Далее вяжите по схеме до 33-го ряда. В начале его закройте 1 петлю, закройте также 1 петлю в конце ряда, перед этим накид не делать. Поверните вязание и в начале 34-го (изнаночного) ряда закройте 1 петлю, в конце 34-го также закройте 1 петлю. Далее вяжите по схеме до 53-го ряда. Обязательное условие: в 49-м и 51-м рядах накиды в начале и в конце ряда не делать!

Затем начните закрывать плечевые скосы по 1 петле в начале и в конце

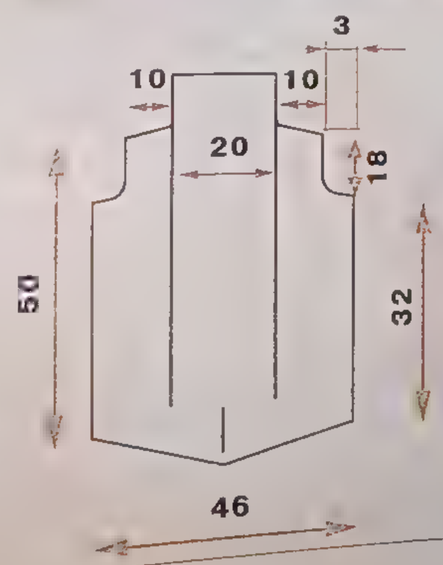
каждого ряда (всего по 8 петель). У вас должно остаться только 20 петель центральной косы (вместе с кромочными). Довяжите их прямо 8 рядов, последний ряд свяжите изнаночными и закройте петли по изнанке работы. Важное замечание: при двух последних закрытиях петель плеча не провязывайте по 2 петли вместе возле косы. Оборвите нить такой длины, чтобы хватило на шов воротника-стойки и плеча.

Спинка. Наберите 46 петель, свяжите 2 ряда изнаночными. Далее вяжите:

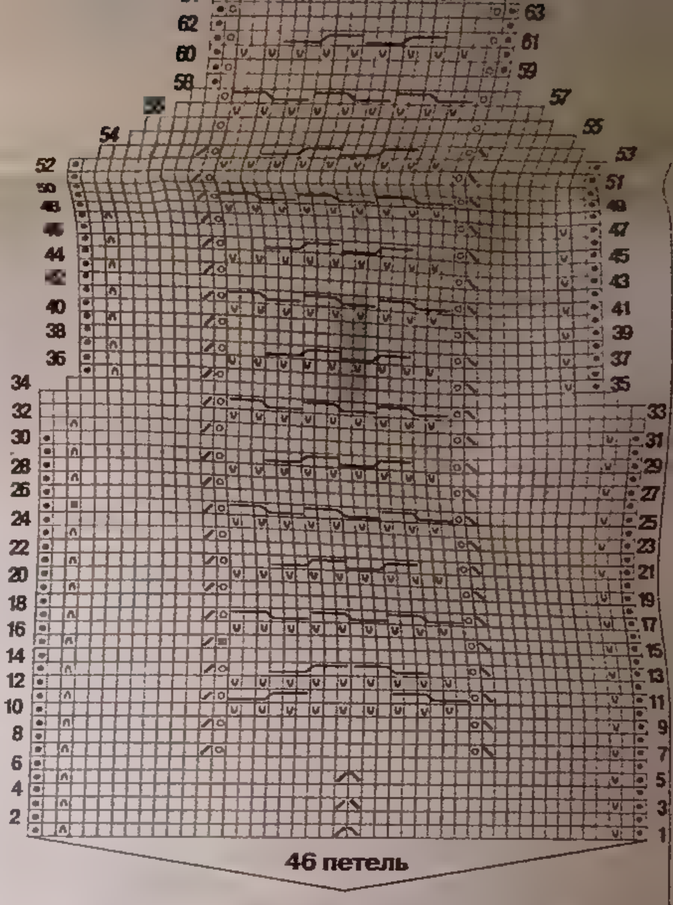
1-й ряд - кромочная, 1 лицевая, 1 прямой накид, 18 лицевых, 2 вместе лицевой влево, 1 лицевая (центральная петля), 2 вместе лицевой вправо, 18 лицевых, 1 обратный накид, 1 лицевая, кромочная.

2-й ряд - по рисунку, накиды вяжите скрещенной изнаночной, центральную петлю снимайте, не провязывая (нить перед работой).

Повторяйте 1-й и 2-й ряды до 33-го ряда. Закройте по 1 петле в начале и в конце 33-го и 34-го рядов аналогично переду. Далее вяжите до плечевых линий, которые закрывайте постепенно по 1 петле в начале и в конце каждого ряда. При последнем закрытии свяжите 1 ряд изнаночными по лицу работы, одновременно добавляя петли из протяжек нижнего ряда так, чтобы у вас получилось 20 петель, которые довяжите прямо 8 рядов, последний ряд свяжите изнаночными по лицу и закройте по изнанке. Оборвите нить для сшивания стойки и плеча.



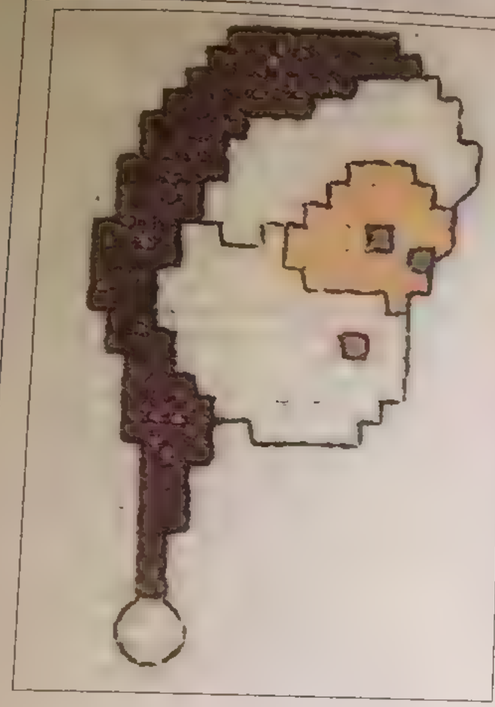
Сборка. Сшейте воротник и плечи. Затем возьмите спицу № 8 и наберите по лицу работы петли из кромочных петель, по изнанке работы закройте их, провязывая петли лицевыми. Сделайте боковые швы.



- пустая клетка: по лицу - лицевая, по изнанке - изнаночная
- кромочная
- изнаночная петля по лицу работы
- прямой накид (в начале ряда)
- обратный накид (в конце ряда)
- 2 вместе лицевой с наклоном влево
- 2 вместе лицевой с наклоном вправо
- 6 петель перекрестить вправо: снять 3 петли на дополнительную спицу и оставить их за работой, связать следующие 3 петли лицевыми, затем 3 петли лицевыми с дополнительной спицы
- 6 петель перекрестить влево: снять 3 петли на дополнительную спицу и оставить их перед работой, затем вязать лицевыми 3 следующие петли и 3 петли с дополнительной спицы

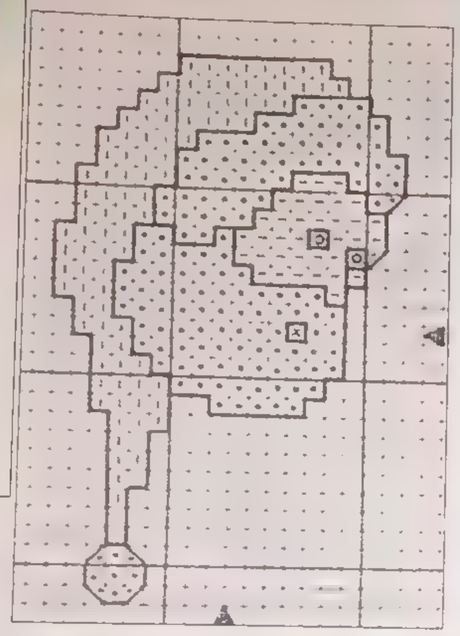
ВЫШИТАЯ ЕЛКА

Мы как-то привыкли, что елочные украшения обычно делают из тонкого хрупкого стекла. Исключение, пожалуй, составляют лишь бумажные гирлянды. Впрочем, если хотите разнообразить новогодний интерьер, попробуйте украсить елку вышивками. Края работы отделайте тесьмой или сделайте бахрому. Пришейте петельку и наряжайте елку.



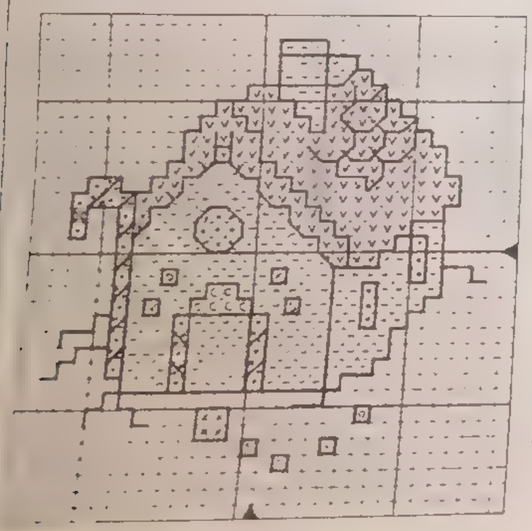
Дед Мороз

x ДМС 335 темно-розовый
l ДМС 814 темно-красный
o ДМС 518 темно-голубой
- ДМС 945 кремовый
· белый



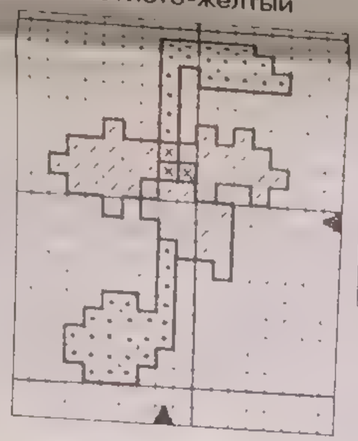
Домик

v ДМС 894 светло-розовый
s ДМС 666 ярко-красный
x ДМС 209 лиловый
c ДМС 740 оранжевый
o ДМС 307 желтый
- ДМС 436 цвет корицы
· белый



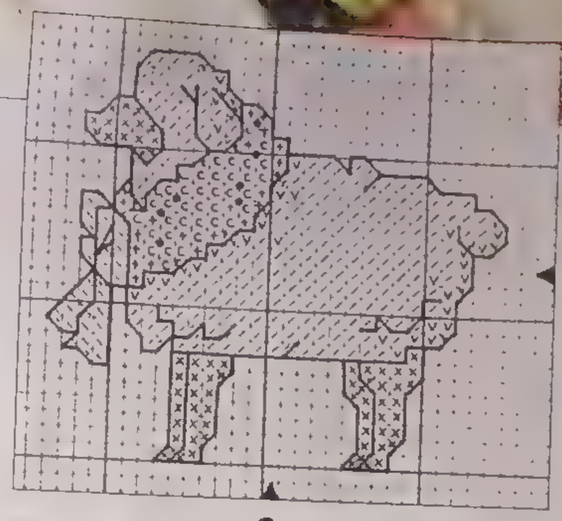
Нота

x ДМС 666 ярко-красный
/ ДМС 700 изумрудно-зеленый
· ДМС 725 золотисто-желтый



Нота

x ДМС 666 ярко-красный
/ ДМС 700 изумрудно-зеленый
· ДМС 725 золотисто-желтый

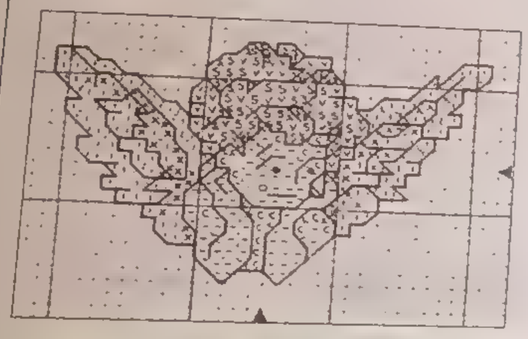


Ангелочек

o ДМС 3326 цвет увядающей розы
x ДМС 747 голубой
s ДМС 676 бронзовый светлый
v ДМС 729 бронзовый средний
- ДМС 951 кремово-розовый
c ДМС 945 темно-кремовый
l белый

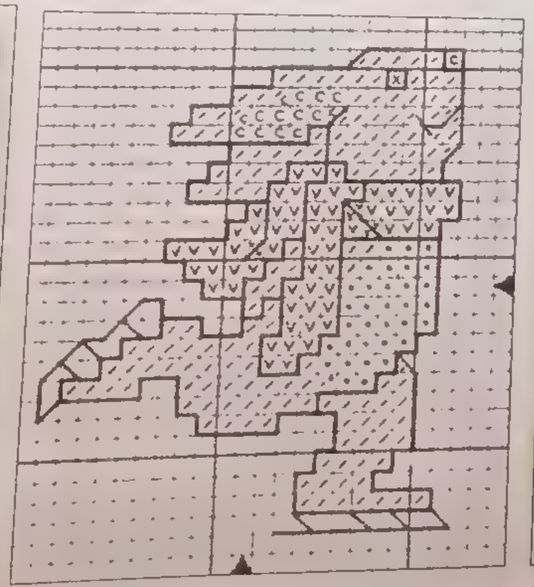
Овечка

\ ДМС 3350 темно-малиновый
c ДМС 992 зеленый малахитовый темный
+ ДМС 991 зеленый малахитовый
/ ДМС 746 солнечный желтый
V ДМС 677 древесный
x ДМС 844 темно-серый



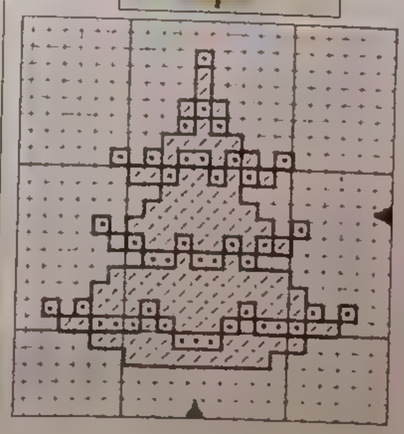
Заяц на коньках

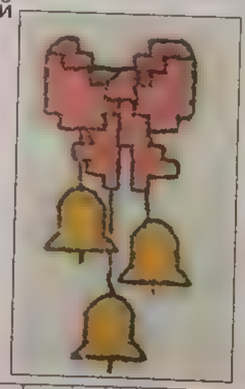
v ДМС 817 цвет красной герани
c ДМС 776 светло-розовый
. ДМС 945 кремовый
/ ДМС 318 серый
x ДМС 3799 мышино-серый



Елка

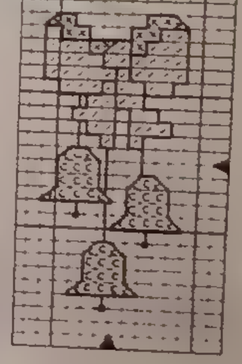
/ ДМС 991 зеленый малахитовый
· ДМС 445 желтый лимонный



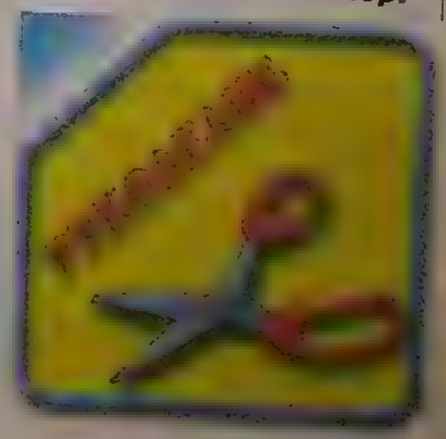


Колокольчики

/ ДМС 894 светло-розовый
x ДМС 892 красно-розовый
c ДМС 725 золотисто-желтый



Ольга ЦАПЛИНА, дизайнер.



КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

КАША НА ЛЮБОЙ ВКУС

ОВСЯНЫЕ ПИРОЖНЫЕ

Возьмите 1,5 стакана овсяных хлопьев "Геркулес", 6 столовых ложек маргарина, 80 г сахара, чуть-чуть соли.

Взбейте кремообразную массу из маргарина с сахаром и солью. Добавьте "Геркулес" и хорошо вымешайте. Смажьте маслом противень, уложите смесь ровным слоем и выпекайте в горячей духовке при 200 градусах в течение 15-20 минут. Корж чуть охладите на противне. Наметьте ножом на корже 12 полосок. Когда он затвердеет, разрежьте его по намеченным линиям на пирожные.

МАННАЯ КАША С МОРКОВЬЮ И ИЗЮМОМ

На стакан манной крупы потребуется: 2 морковки, 5 стаканов молока, 3 столовые ложки изюма, столовая ложка сахара, 3 столовые ложки масла.

Морковь натрите на терке, добавьте сахар, масло, стакан молока и тушите на слабом огне до мягкости, помешивая. Влейте оставшееся молоко, доведите до кипения и всыпьте крупу. Помешивая, варите на слабом огне. В конце варки всыпьте промытый изюм, снова размешайте, накройте крышкой и варите до готовности. При подаче полейте маслом.

РОМБИКИ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С СЫРОМ

На стакан манной крупы приготовьте 3 стакана молока, 2 столовые ложки сметаны, 2 желтка, 50 г тертого сыра, 3 столовые ложки сливочного масла, чуть-чуть ванилина, соль по вкусу.

Молоко вскипятите, посолите, добавьте ванилин, засыпьте крупу и сварите густую кашу. Охладите ее, добавьте желтки, хорошо вымешайте. Выложите массу на смоченную доску, разровняйте в пласт толщиной 2-3 см и нарежьте небольшими ромбиками. Уложите их на смазанный маслом лист, полейте сметаной, посыпьте тертым сыром и поставьте на 8-10 минут в нагретую духовку. Подавайте холодными или горячими.

РИСОВАЯ КАША С ТОМАТОМ И СЫРОМ

Понадобится: стакан риса, четверть стакана томата-пюре, 50 г тертого сыра, соль по вкусу, 3 столовые ложки масла. Рис всыпьте в кипящую подсоленную воду, сварите на слабом огне до готовности, откиньте на дуршлаг. На сковороде на масле прогрейте томат-пюре, чтобы окрасился жир, затем положите рис, перемешайте, посыпьте тертым сыром.

ПЕРЛОВАЯ КАША С КАБАЧКАМИ И ПОМИДОРАМИ

На 1,5 стакана крупы возьмите 4 стакана воды, кабачок, 3 помидора, 2 головки лука, 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки рубленого укропа, соль по вкусу.

Замоченную крупу отварите. Лук мелко порубите. Кабачки очистите от кожицы и семян, порежьте мелко. В кастрюлю с кашей положите кабачки, лук, дольки помидоров, измельченный укроп, растительное масло. Посолите по вкусу и все хорошо прогрейте.

ПУДИНГ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С ШОКОЛАДОМ

Для пудинга возьмите 3 столовые ложки манной крупы, 3 стакана молока, 50 г шоколада, 3 столовые ложки сахара, столовую ложку сливочного масла.

В молоко добавьте сахар, шоколад, сливочное масло и кипятите, помешивая. Когда все растворится, постепенно, помешивая, всыпьте манную крупу и варите до готовности. Полученную массу вылейте в форму, ополоснутую водой, и поставьте на холод.

ЗАПЕКАНКА ГРЕЧНЕВАЯ СО СВЕЖИМИ ГРИБАМИ

Приготовьте стакан крупы, 50 г свежих грибов, 2 столовые ложки масла, полстакана сметаны.

Сварите рассыпчатую гречневую кашу, положите в нее свежие грибы, растопленное масло, сметану и хорошо перемешайте. Выложите на сковородку или в кастрюлю и запекайте в духовке в течение 20-30 минут.

БИТОЧКИ ЯЧНЕВЫЕ С ТВОРОГОМ

На стакан ячневой крупы потребуется: 2,75 стакана воды, столовая ложка сахара, 200 г творога, яйцо, 2 столовые ложки панировочных сухарей, столовая ложка топленого масла, соль по вкусу, полстакана сметаны.

В кипящую воду всыпьте крупу, сахар, соль и варите, помешивая, 15-20 минут до загустения. Добавьте протертый творог, яйцо и все хорошо перемешайте. Сделайте биточки, обваляйте каждый в сухарях и обжарьте на топленом масле. Подавайте со сметаной.

КОТЛЕТЫ ПШЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ

Возьмите 1,5 стакана пшена, 4 стакана воды или молока, 6 морковок, 5 столовых ложек масла, 2 яйца, 3 столовые ложки панировочных сухарей, соль по вкусу.

Морковь очистите, промойте, нарежьте тонкими ломтиками, добавьте немного масла и воды. Кастрюлю накройте крышкой и варите на слабом огне до готовности. Готовую морковь измельчите, соедините с вязкой горячей пшенной кашей, добавьте яйца. Хорошо перемешайте, сделайте котлеты, обваляйте в панировочных сухарях и обжарьте. Подавайте со сметаной или полейте маслом.

ЯЧНЕВЫЕ ЛЕПЕШКИ

На 1-1,5 стакана ячневой крупы потребуется: 3 яйца, 3 столовые ложки муки, стакан молока, масло для обжарки. Яйца взбейте с молоком, посолите по вкусу и постепенно добавляйте муку и крупу до получения теста консистенции густой каши-размазни. Скатайте из теста маленькие лепешечки, обваляйте их в муке и обжарьте на масле на сковороде.

ГРЕНКИ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КАШИ

Приготовьте стакан продела, 2 стакана молока, 2 яйца, 3 столовые ложки панировочных сухарей, 3 столовые ложки масла, соль по вкусу, 4 столовые ложки сметаны по желанию.

В горячее молоко добавьте соль, всыпьте крупу и сварите вязкую кашу. Эмалированное блюдо смажьте маслом, выложите в него кашу слоем 2-3 см и охладите. Затем разрежьте кашу на прямоугольнички массой 30-35 г, толщиной 10-12 мм, смочите кусочки в яйце, обваляйте в сухарях и обжарьте.

Лана ИШАНОВА.
Волгоград.

Я хочу предложить интересные

вз размешайте, накройте крышкой и варите до готовности. При подаче полейте маслом.

вороде на масле прогрейте томат-пюре, чтобы окрасился жир, затем положите рис, перемешайте, посыпьте тертым сыром.

СО СВЕЖИМИ ГРИБАМИ

Приготовьте стакан крупы, 50 г свежих грибов, 2 столовые ложки масла, полстакана сметаны.

панировочных сухарей, соль по вкусу.

Морковь очистите, промойте, нарежьте тонкими ломтиками, добавьте немного масла и

мм, смочите кусочки в яйце, обваляйте в сухарях и обжарьте

Лана ИШАНОВА.
Волгоград.

УНИВЕРСАЛЬНЫЕ БУЛОЧКИ

Я очень люблю "многофункциональные блюда", когда рецепт вроде бы один, а выпечка получается разная. Вот и хотела бы поделиться способом приготовления булочек, которые в зависимости от начинки могут быть и закуской, и десертом.

Для теста возьмите 1,5 стакана воды, 2 стакана муки, 150 г сливочного масла или маргарина, 8 яиц, соль по вкусу.

Приготовьте заварное тесто: в кастрюлю влейте воду, введите сливочное масло (маргарин),соль и нагрейте до 70 градусов, после чего тонкой струйкой всыпьте муку, энергично размешивая ее деревянной ложкой. Отдельно взбейте яйца и введите их в тесто, непрерывно размешивая до однородности. Полученное тесто выложите в виде небольших булочек на смазанный лист, выпеките и охладите. Острым ножом у булочек срежьте верхушки (внутри булочки полые), наполните начинкой и накройте срез верхушками. Начинки могут быть любые. Вот несколько вариантов.

Крем из изюма

Возьмите стакан изюма, 6 яблок, полстакана воды, чайную ложку лимонной кислоты.

Промытый изюм залейте горячей водой, проварите 7-8 минут, охладите, пропустите через мясорубку вместе с отваром. Яблоки натрите на крупной терке, смешайте с лимонной кислотой, изюмной массой. Взбейте, доведите до кипения и охладите.

Тыквенный крем

Понадобится 200 г тыквы, 2 столовые ложки повидла, 3 столовые ложки воды. Тыкву натрите на крупной терке, добавьте воду, повидло, смешайте, доведите до кипения и охладите.

Морковный крем

Вам потребуется 4 морковки, 100 г сливочного масла, стакан сахара, 4 столовые ложки воды.

Морковь натрите на мелкой терке, добавьте масло, сахар, воду, тщательно перемешайте, доведите до кипения и охладите.

Сырный фарш

Возьмите по чайной ложке крахмала и пшеничной муки, 300 г сыра (лучше рокфора), 1,5 стакана молока, 200 г масла, соль, перец.

Смешайте картофельную и пшеничную муку, постепенно влейте полстакана холодного молока. Оставшееся молоко вскипятите в кастрюле и, помешивая, влейте в него молоко с мукой. Когда кипящая масса начнет отставать от стенок кастрюли, снимите с огня и остудите. Сыр разотрите с 200 г масла и постепенно вмешайте в остывшую массу. Поперчите и посолите по вкусу.

А можно начинить булочки любыми салатами - рыбными, мясными или печеночным паштетом.

Елена ЛОГИНОВА.
Самара.

ХЛЕБНЫЙ ПИР

Я хочу предложить интересные и сытные блюда, в основе которых лежит хлеб. Получается хлеб на первое, на второе и на третье, или по-другому - хлебный пир.

КРАСНЫЙ ХЛЕБНЫЙ СУП

Разотрите 4 помидора, 4 зубчика чеснока, сладкий перец, прибавьте 4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки уксуса, 2 стакана холодной воды и 200 г черствого черного хлеба. Все разомните или протрите через сито. Посыпьте зеленью укропа и петрушки.

ТЮРЯ, ИЛИ МУРЦОВКА

400 г черного хлеба нарежьте маленькими кусочками, не обрезая корок, положите в большую миску или кастрюлю, добавьте 100 г подсолнечного масла, 2 столовые ложки тертого хрена, столовую ложку мелко рубленного репчатого или зеленого лука, чайную ложку соли, немного перца. Перемешайте, разведите 1,2 литра хлебного кваса и подавайте. Квас можно заменить простоквашей пополам с водой или сывороткой.

ЗАКУСКА ИЗ ЧЕРСТВОГО РЖАНОГО ХЛЕБА

Возьмите 100 г хлеба, 2 помидора, 2 яйца, полстакана воды, 3 столовые ложки растительного масла, 5 зубчиков чеснока, соль.

Яйца взбейте, добавьте подсоленную воду, нарезанные помидоры, мелкие кубики черствого хлеба. Смесь поставьте на огонь и доведите до кипения, непрерывно помешивая. Охладите и заправьте толченым чесноком и растительным маслом.

ОЛАДЬИ ИЗ ЧЕРСТВОГО ХЛЕБА

Взбейте 100 г молока, 1-2 яйца, чайную ложку сахара, соль по вкусу. Добавьте нашинкованную и припущенную на подсолнечном масле морковь или припущенную в подсоленной воде капусту. Годится и тушеная тыква или мелко натертое яблоко. В эту смесь добавьте 150-200 г черствого хлеба, нарезанного кусочками. Сильно нагрейте сковороду с подсолнечным маслом и ложкой выкладывайте тесто. Жарьте, как обычные оладьи. Если хлеб черный, добавьте пассерованную луковицу.

ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ

На 400-500 г белого хлеба возьмите 250-300 г яблок, 2-3 яйца, стакан молока, полстакана сахарного песка.

Мякиш сухого белого хлеба нарежьте небольшими ломтиками толщиной 3-4 мм. Смешайте яйца с молоком и сахаром. Ломтики хлеба обмакните в эту массу и уложите на противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями. Яблоки очистите и нарежьте тонкими ломтиками, прокипятите 3-4 минуты в сахарном сиропе, откиньте на сито и охладите. Некислые яблоки можно класть сырыми, посыпав их сахарным песком. Яблоки выложите на хлеб, покройте еще одним слоем так же подготовленных хлебных ломтиков и запеките в духовке.

ПУДИНГ ИЗ СУХАРЕЙ

Зачерствелый хлеб подсушите в духовке, сухари пропустите через мясорубку. Вкуснее получается из ванильных сухарей. Стакан сухарной муки смешайте с половиной стакана молока или сметаны, добавьте сырое яйцо, по столовой ложке орехов, изюма, рубленой кураги. Смажьте форму маслом, посыпьте сухарями, выложите массу и запеките ее в духовке.

ЧАК-ЧАК

Если у вас остались небольшие запасы меда, то вы можете сделать очень вкусное блюдо. Белый хлеб нарежьте квадратиками и обжарьте во фритюре, сложите в большую посуду. В другой кастрюльке вскипятите 300 г меда и 100 г сахара. Хлеб перемешайте с этим сиропом и разровняйте пластом толщиной в 2 пальца. Когда масса остынет, нарежьте плитками и подавайте к чаю.

Ольга САННИКОВА.
Йошкар-Ола.

ДЕСЕРТЫ БЕЗ КАЛОРИЙ

АПЕЛЬСИНОВЫЕ ЛОМТИКИ

Вам потребуется по 150 г сахарной пудры и подготовленной апельсиновой кожуры, 20 г топленого масла, столовая ложка сливок, яичный белок, шоколад.

В посуду положите сахарную пудру и заранее отваренную насухо вытертую и нарезанную длинными ломтиками апельсиновую кожуру, топленое масло, сливки, яичный белок. Все перемешайте и немного поварите на пару. На смазанный маслом противень чайной ложкой выкладывайте массу в виде лепешечек, располагая их на расстоянии 6-8 см друг от друга. Выпекайте при средней температуре. Готовые изделия заглазируйте расплавленным на пару шоколадом.

ШОКОЛАДНЫЕ МАКАРОНЫ

200 г мелко истолченного миндаля смешайте со стаканом сахара, 150 г тертого шоколада и тремя взбитыми в крепкую пену белками. Из получившейся массы сделайте продолговатые "макароны", выложите на покрытый пергаментом противень и запеките в горячей духовке.

МИНДАЛЬНЫЕ ГРУШИ

400 г мелко толченного миндаля смешайте со стаканом сахара, корицей по вкусу, половиной чайной ложки густых сливок, тремя сырыми яйцами, тремя столовыми ложками любого ягодного сока розового цвета и таким количеством белого хлеба, чтобы получилось довольно густое тесто.

На посыпанной мукой доске разделайте тесто в виде продолговатых груш, вместо стебельков в каждую воткните палочку корицы или гвоздики. Испеките в растопленном сливочном или топленом масле и подавайте горячими.

ПУДИНГ "БЕЗ ОПАСКИ ПОТОЛСТЕТЬ"

Взбейте в большой миске стакан разведенного яичного порошка или 2-3 яйца, стакан молока или йогурта, четверть стакана сахара, 2 чайные ложки маргарина, пол чайной ложки ванилина, три четверти чайной ложки соли. Добавьте порезанные на кусочки 3 яблока, 250 г хлеба. Все вымешайте, подождите, пока хлеб размокнет, добавьте горсть изюма и вылейте на сковороду, слегка смазанную растительным маслом. Выпекайте в духовке 40 минут.

Эльвира ГИЛИНА.
г. Новокузнецк Кемеровской области.

ШУБА ДЛЯ ГУСАРОВ

САЛАТ "ГУСАРСКИЙ"

Небольшую редьку очистите, натрите на терке, добавьте мелко нарезанную луковицу, банку зеленого горошка, 200-300 г нарезанной соломкой ветчины. Посолите, поперчите, добавьте зелень и заправьте майонезом.

САЛАТ "КРАСНАЯ ЗАРЯ"

Вам потребуется по банке консервированной красной фасоли и кукурузы, 200 г копченой колбасы "Салями", 200 г помидоров, средняя луковица, соль, майонез.

Луковицу мелко порежьте и на 15 минут замаринуйте в уксусе. Колбасу и помидоры нарежьте соломкой. Все продукты перемешайте, добавьте соль по вкусу, заправьте майонезом.

ГРИБЫ "ПОД ШУБОЙ"

На блюдо выложите слоями маринованные или соленые грибы (лучше опята), измельченный лук, отварной картофель, порезанный кружочками, майонез, натертую на терке вареную морковь, майонез, мелко порезанное и обжаренное вареное мясо, затем майонез. Сверху посыпьте зеленью.

Регина ФАРХУТДИНОВА.
г. Альметьевск, Татария.

"ДЕВЯТЫЙ ВАЛ" С "ФАНТАЗИЕЙ"

САЛАТ ПО-ЛАТЫШСКИ

Возьмите 150 г вареной свинины, 150 г картофеля, 2 соле-

Отделите куриное мясо от костей и мелко порежьте. Яйца измельчите, салат нарежьте соломкой.

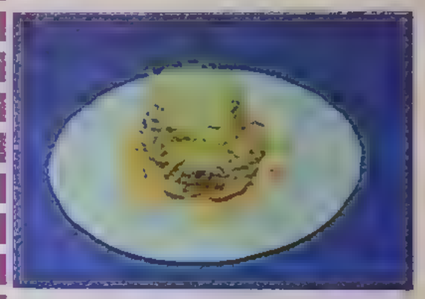
яиц, стакана грецких орехов, 300 г отварного мяса или языка, 2 соленых огурцов без кожицы, 200 г предварительно запаренного чернослива, банки консервированной кукурузы.

Продукты нарежьте соломкой и выложите слоями в следующей последовательности: яйцо, орехи, мясо, огурцы, чернослив. Все слои поливайте майонезом. Сверху посыпьте

Константин ИВЛЕВ после окончания профессионально-технического училища с красным дипломом прошел все ступени кулинарного мастерства от рядового повара до шеф-повара, стал бронзовым призером первого чемпионата России по кулинарии. Вот несколько его коронных рецептов.

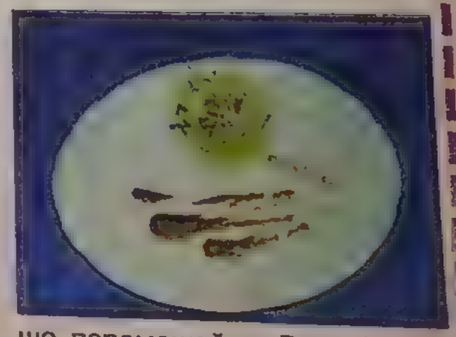
ФОРТ С САЛАТИКОМ

САЛАТ ИЗ БЕЛЫХ ГРИБОВ СО СПАРЖЕЙ И КУНЖУТОМ



Грибы порежьте и замаринуйте на 2-3 часа. В качестве маринада используйте заправку "Бальзамин", состоящую из оливкового масла, уксуса и виноградных листьев. Спаржу отварите и охладите. На тарелку выложите маринованные грибы, затем слоями листья салатов разных сортов и спаржу. Полейте заправкой "Бальзамин", выложите жареный кунжут и полейте оливковым маслом. Вокруг налейте соус из оливкового масла и заправки "Бальзамин".

ГОРЯЧЕЕ БЛЮДО "ФОРТ"



Картофель нарежьте кружочками 2-5 мм толщиной, обжарьте во фритюре до готовности. Спаржу отварите, вешенки обжарьте, добавив тимьян. В форму выложите слоями картофель, вешенки, картофель, соевый сыр, тимьян, картофель. Форму без дна обложите стеблями спаржи и обвяжите перьями лука. Форму снимите, а само блюдо подогрейте в духовке. После этого добавьте листья салата.

Приготовьте два соуса. Первый: в обезжиренный йогурт добавьте порезанный лук и мелко рубленный чеснок и хорошо перемешайте. Второй: обжаренные белые грибы взбейте в миксере, пропустите через мелкое сито, добавьте соль и перец.

На тарелку налейте соусы, выложите ломтики помидора и поставьте подогретый "Форт".

САЛАТ ИЗ КОЗЬЕГО СЫРА

"ДЕВЯТЫЙ ВАЛ" С "ФАНТАЗИЕЙ"

САЛАТ ПО-ЛАТЫШСКИ

Возьмите 150 г вареной свинины, 150 г картофеля, 2 соленых огурца, яблоко, 75 г сельди, 2 вареных яйца.

Для соуса - 35 г сметаны, 10 г хрена, 5 г уксуса, 2 г горчицы. Отварные мясо и картофель, огурцы, яблоко (без кожицы и семян), сельдь, яйца нарежьте ломтиками. Продукты перемешайте и заправьте сметаной с добавлением хрена, уксуса, горчицы.

ЗАКУСКА "АППЕТИТНАЯ"

Для ее приготовления нужно взять 100 г плавленого сыра, вареное яйцо, 20 г майонеза, 5 г зелени.

Плавленый сыр натрите на терке. Яйцо, зелень мелко нарубите, смешайте с тертым сыром, добавьте соль, перемешайте, уложите горкой, полейте майонезом. Вместо плавленого можно использовать сыр голландский, ярославский и др.

САЛАТ "МУЖСКАЯ СИЛА"

Вам потребуется половина отварной курицы, 3 вареных яйца, пучок зеленого салата, чуть больше половины стакана порезанных грецких орехов, сок половины лимона, горсть сухарей из черного хлеба, 250 г майонеза.

Отделите куриное мясо от костей и мелко порежьте. Яйца измельчите, салат нарежьте соломкой.

Добавьте грецкие орехи, сок лимона и майонез. Сухарики положите перед подачей на стол, чтобы они не очень размокли.

САЛАТ "ФАНТАЗИЯ"

Нужно взять 600 г картофеля, 500 г филе скумбрии, 3 соленых огурца, 150 г консервированного зеленого горошка, 200 г майонеза, 50 г белого хлеба, 200 мл молока или сливок, 3 яйца, 50 г сливочного масла, соль, зелень.

Картофель отварите в мундире, очистите, нарежьте кубиками, смешайте с нарезанными огурцами, горошком, заправьте майонезом. Рыбное филе и черствый хлеб, замоченный в молоке, пропустите 2-3 раза через мясорубку с мелкой решеткой. Разотрите с маслом, постепенно добавляя молоко, влейте взбитые яйца, посолите, хорошо взбейте всю массу, сформируйте фрикадельки и отварите их.

В салатницу положите приготовленные овощи, на них разложите фрикадельки.

САЛАТ "АРЛАИДА"

Его можно приготовить из 5 яиц, стакана грецких орехов, 300 г отварного мяса или языка, 2 соленых огурцов без кожицы, 200 г предварительно запаренного чернослива, банки консервированной кукурузы.

Продукты нарежьте соломкой и выложите слоями в следующей последовательности: яйцо, орехи, мясо, огурцы, чернослив. Все слои поливайте майонезом. Сверху посыпьте кукурузой.

САЛАТ "ДЕВЯТЫЙ ВАЛ"

Возьмите 100 г рыбы горячего копчения, 200 г отварного картофеля, 2 соленых огурца, по 2 столовых ложки зеленого горошка и оливок, яблоко, 100 г майонеза.

Картофель, огурцы и яблоко нарежьте небольшими кубиками. Добавьте нарезанные колечками оливки без косточек, размятую вилкой рыбу и зеленый горошек. Все аккуратно перемешайте и заправьте майонезом.

САЛАТ "БОКЕР"

Вам потребуется 200 г корня сельдерея, 100 г ветчины, 100 г маринованных грибов, яблоко, свекла, 200 г зелени петрушки, 2 картофелины.

Для заливки - 100 г майонеза, пол чайной ложки сухой горчицы, 50 г яблочного или столового уксуса, 100 г растительного масла (лучше оливкового).

Картофель, свеклу, сельдерей отварите, очистите и нарежьте сельдерей соломкой, а овощи дольками. Свежие яблоки, ветчину и маринованные грибы также нарежьте соломкой. Все компоненты смешайте и залейте заливкой, для приготовления которой надо миксером взбить уксус, горчицу и растительное масло, а затем добавить майонез. Выложите салат в салатник и украсьте зеленью петрушки.

Валентина ЕФИМОВА.
г. Рыбинск Ярославской области.

ПИКАНТНЫЕ ФРУКТЫ

ФРУКТОВЫЙ САЛАТ

Мелко нашинкуйте 2 яблока, 2 апельсина, 2 киви. Добавьте 3 столовые ложки изюма, предварительно замоченного в воде, 100 г измельченных грецких орехов. Все перемешайте и заправьте фруктовым йогуртом.

ПИКАНТНЫЙ САЛАТ

200-250 г чернослива без косточек замочите в горячей воде на 1-2 часа, а затем порежьте соломкой. Измельчите 2-3 дольки чеснока и 50 г фисташек. Все продукты перемешайте и заправьте майонезом.

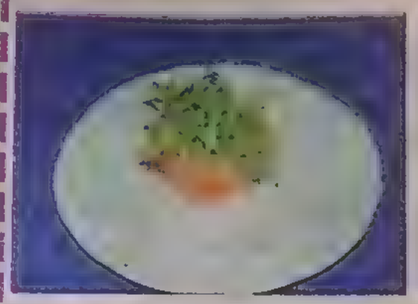
Алевтина САВИНОВА.
г. Карпинск Свердловской области.

томатель, соевый сыр, тимьян, картофель. Форму без дна обложите стеблями спаржи и обвяжите перьями лука. Форму снимите, а само блюдо подогрейте в духовке. После этого добавьте листья салата.

Приготовьте два соуса. Первый: в обезжиренный йогурт добавьте порезанный лук и мелко рубленный чеснок и хорошо перемешайте. Второй: обжаренные белые грибы взбейте в миксере, пропустите через мелкое сито, добавьте соль и перец.

На тарелку налейте соусы, выложите ломтики помидора и поставьте подогретый "Форт".

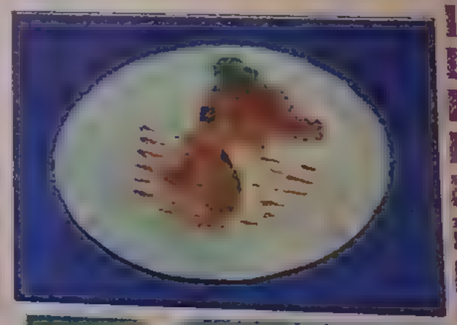
САЛАТ ИЗ КОЗЬЕГО СЫРА



В козий сыр добавьте оливки, острый соус "Табаско", соевый соус и взбейте до состояния мягкой воздушной массы. Добавьте в нее измельченный лук. Возьмите круглую форму и с помощью кондитерского мешка заполните ее сырной массой примерно наполовину. Затем выложите слой креветок и доверху заполните форму сырной массой, охладите в холодильнике, а после этого выньте из формы.

Помидор разрежьте на четыре части, удалите серединку и выдержите в смеси оливкового масла, нарезанного чеснока, перца, соли и базилика. После этого вымоченные ломтики помидоров запеките в духовке, охладите, снимите кожицу и выложите вокруг сырной массы. Сверху сделайте решетку из тулипного теста (смеси сахарной пудры и сливочного масла), на нее положите листья салата и все полейте заправкой "Бальзамин".

ПЕЧЕНЬ ФУА-ГРА С ФРУКТАМИ И КАРАМЕЛЬНЫМ СОУСОМ



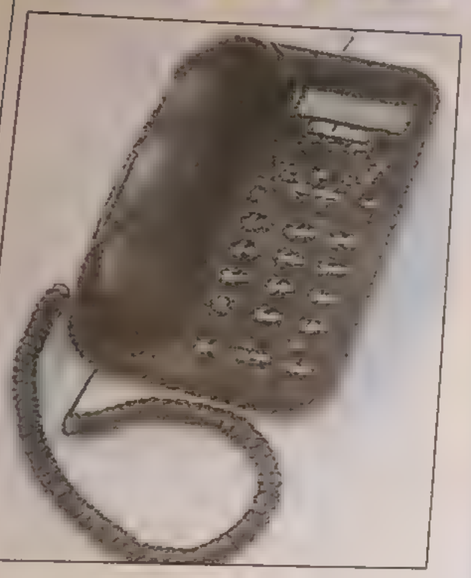
Приготовьте карамельный соус: ананас и персик нарежьте кубиками, добавьте свежие ягоды (красную смородину, ежевику, голубику), выложите на сковороду, добавьте сахар и жарьте 6-10 минут. Откиньте на сито, процедите. Полученный сок поставьте на плиту и выпарите. Печень посолите, поперчите и обжарьте с двух сторон до готовности.

На тарелку нанесите рисунок из карамели. На него выложите печень и жареные фрукты и ягоды. Украсьте свежими ягодами (на фото - красная смородина) и кудрявой петрушкой.

НАША ЭКСПЕРТИЗА

РАЗГОВОР ПРО ТЕЛЕФОН

"Спрос" протестировал десять моделей телефонных аппаратов высшего и первого классов сложности. Все аппараты имеют кнопочный номеронабиратель, жидкокристаллический индикатор, память на несколько номеров и громкоговорящую связь.



TLFT-702

Испытаниям подверглись четыре импортные модели: **Siemens EUR 2015**, **Panasonic KX-TS 2365 RU**, **General Electric 29393**, **Premier Ravena** и шесть отечественных: **TLF T-702**, **Goodwin BP-201**, **Tap-229MC**, **Unitel City "Саратов"**, **"Навигатор 312"**, **"Октет 334"**.

Siemens EUR 2015

Tap-229MC

Октет 334

Navigator 312

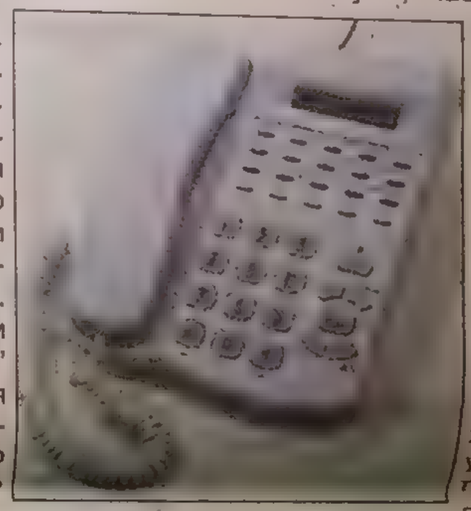
речи, правильной передаче тембра голоса и устойчивости соединения.

При разговоре по реальной городской сети лучшее качество связи продемонстрировал Siemens. Хорошо показали себя Tap-229MC, TLF, General Electric и Goodwin, а модели Panasonic не позволило стать лидером лишь качество приема. Зато Panasonic вместе с Premier и TLF обошли всех по качеству работы на искусственной абонентской линии.

прошлом тесте были проблемы именно с "громкой" связью. Похоже, производители Siemens с ними справились. Зато другие (кроме TLF и General Electric) продемонстрировали посредственный прием речи собеседника и плохую работу микрофона, передающего голос. Особенно низкое качество передачи по громлибо отключает динамик, некоторое время одному абоненту не слышно второго. Это необходимо для подавления самовозбуждения аппарата, при котором слышны искажения в виде свиста. Правда, иногда свист может возникнуть из-за установки слишком высокого уровня громкости динамика. Но это легко поправить, немного уменьшив громкость.

Premier Ravena

Подобная система регулирования хорошо настроена у телефонов Panasonic и Goodwin, так что ее работа почти незаметна во время разговора. Хуже с эффектом "замирания" справляются Premier, "Навигатор" и TLF: можно разобрать лишь обрывки фраз.



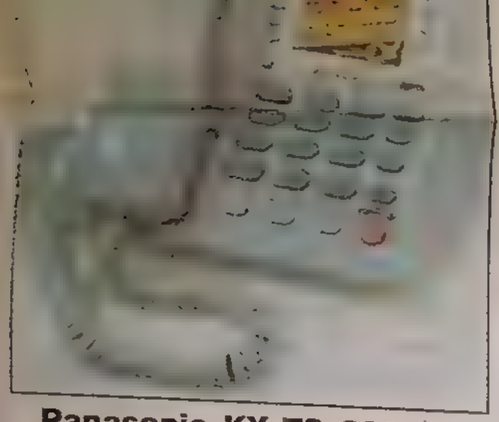
Unitel City "Саратов"

Все протестированные телефоны подключа-

ААА), которых для Premier и General Electric понадобится 4 штуки, а для Goodwin, "Навигатора" и "Октета" - всего одна.

При наборе номера по спаренному телефону параллельный аппарат обычно тихонько позвякивает. Среди образцов теста повышенной чувствительностью к вызывному сигналу отличаются Panasonic, Unitel City и Tap-229MC.

В ходе испытаний были проверены и другие параметры: время размыкания и межсерийной паузы, частота наборных импульсов, импульсный коэффициент, а также время размыкания шлейфа при отбое линии (Flash). Все образцы уложились в стандартные требования. Корпуса телефонов *выдержали тест по ударопрочности и воздействию* электростатического разряда (5 кВ). К электрической



Panasonic KX-TS 2365 RU

Goodwin BP-201

General Electric 29393

Проверка качества связи всех аппаратов проводилась в одинаковых условиях: на реальной сети общего пользования не самого лучшего качества, а затем на ее эквиваленте - искусственной абонентской линии.

При экспертизе разговорного тракта образцы сравнивались между собой, а также использовался метод "эталона", когда качество приема и передачи аппарата оценивалось с образцового телефона.

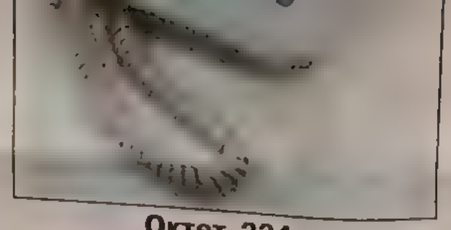
При оценке слоговой разборчивости использовалась контрольная фраза "Не видали мы такого невода". Диктор ровным голосом четко читал по телефону определенный текст, а аудитор (слушатель) его принимал. Таким образом группа из 7 независимых экспертов могла оценивать качество приема и передачи. Особое внимание уделялось разборчивости

Остальные телефоны также неплохо держали связь, без явных провалов.

У телефонов "Октет", Unitel City, Premier и TLF слишком назойливо проявлялся так называемый местный эффект - когда помимо собеседника в динамике отчетливо слышен собственный голос. Этого эффекта практически нет у Siemens и Goodwin.

Одна из функций всех протестированных аппаратов - громкоговорящая связь. При нажатии на соответствующую кнопку (Speakerphone) телефонная трубка отключается (она может лежать на рычаге), а динамик и микрофон, установленные в корпусе телефона, активизируются.

За четкую передачу речи и хорошее качество приема по городской линии эксперты отдали предпочтение Panasonic и Siemens. А ведь у последнего в



Октет 334

коговорящей связи у Unitel City и Тар-229МС: голос "плавал" и был практически не слышен.

На искусственной линии в лидерах осталась прежняя двойка: Siemens и Panasonic. У других телефонов "громкая" связь звучала все-таки несколько лучше, чем по городской линии. Подтянулись Unitel City и Тар-229МС, но у аппаратов "Октет" и Premier качество приема по-прежнему хромало.

Разговор по "громкой" связи имеет свои особенности. Когда вы и ваш собеседник говорите одновременно, перебивая друг друга, происходит так называемое замирание голосов. То есть из-за включения системы регулировки уровня громкости, которая либо ослабляет микрофон, хуже с эффектом "замирания" справляются Premier, "Навигатор" и TLF: можно разобрать лишь обрывки фраз.

Unitel City "Саратов"

Все протестированные телефоны подключаются к электрической сети. В ходе теста проверялось, какое количество электроэнергии они потребляют.

Выяснилось, что даже во время разговора потребление тока у всех образцов намного ниже нормы, а с лежащей трубкой оно падает еще на два порядка. Исключение - "Навигатор": он потребляет в 10 раз больше остальных (57 мкА). Аппараты Siemens, Panasonic и Unitel City, находясь в покое, вообще не питаются от линии. Для поддержания функции памяти и обеспечения "громкой" связи телефонам (кроме Siemens и Тар-229МС) нужны дополнительные источники питания. Это, как правило, "пальчиковые" батарейки (тип АА или

Корпуса телефонов выдержали тест по ударопрочности и воздействию электростатического разряда (5 кВ). К электрической безопасности претензий нет.

Выводы теста

- Лучшее качество связи продемонстрировали две модели: **Siemens EUR 2015** и **Panasonic KXTS-2365**. И если Siemens отлично работал в сети общего пользования, то Panasonic лидировал на искусственной абонентской линии.

- Наиболее удобным в использовании признан телефон **Panasonic KXTS-2365**.

- Оптимальное соотношение цена/качество у **Goodwin BP-201**.

- Качество связи телефонов **"Октет 334"** и **"Навигатор 312"** невысоко.

- Очень плохая разборчивость громкоговорящей связи у **Unitel City "Саратов"** и **Тар-229МС**.

Я разведена с мужем. На алименты и раздел имущества не подавала. Он живет в квартире, которую мы в свое время купили (совместно нажили). Он хочет ее поменять. Может ли он это сделать без моего согласия, буду ли я и мой сын иметь право на какую-то долю в новой квартире?

Татьяна ЛЕМ. Санкт-Петербург.

ПРИДЕТСЯ ПОДЕЛИТЬСЯ

С уверенностью утверждать то, что вы и ваш сын будете иметь долю в новой квартире мужа, невозможно, так как из вашего письма неясно, как была оформлена покупка старой квартиры, а также кто в ней прописан. Однако если предположить, что старая квартира была оформлена в совместную собственность, то в этом случае вы безусловно можете претендовать на долю в новой квартире. Если это не так, то все равно положение отнюдь не безвыходное. Ст. 38 Семейного кодекса устанавливает трехлетний срок исковой давности к требованиям супругов о разделе совместно нажитого имущества. При этом следует учитывать, что течение срока исковой давности начинается не с момента развода, а со дня, когда лицо узнало или должно было узнать о нарушении своего права. Таким образом, на данный момент вы вправе обратиться в суд с требованием о разделе имущества.

Наталья МАКАРЕНКО, юрист.

Полоса подготовлена при участии экспертов журнала "Спрос"

ЛЕНИВЫЙ ДЕНЬ

Умеете ли вы отдыхать? Практический психолог Игорь Евгеньевич ТАТАРСКИЙ рассказывает о том, как получать максимальную пользу от релаксации, как зарядиться бодростью и энергией.

ПО РАСПИСАНИЮ

Современные женщины в гонках по вертикали за "птицей удачи" и финансовым благополучием стремятся успеть как можно больше и часто экономят время на отдыхе. К сожалению, большинство наших милых дам явно перегружены. Для них расслабиться или полениться - непозволительная роскошь.

В физике есть научный термин "усталость металла". Что говорить о хрупких представительницах прекрасного пола, которые нередко выполняют роль "опоры несущей конструкции"?

Синдром хронической усталости сегодня - это болезнь, которую лечат в серьезных клиниках. Если ее запустить, то снижение иммунитета обязательно спровоцирует какую-нибудь неизлечимую хворь, например рак. Это следствие. А причина - однообразная, порой бессмысленная и неблагодарная работа, недосыпание, постоянное нервное напряжение, отрицательные эмоции.

Стоит прислушаться к своему мудрому организму. Если вы всегда спешите и стараетесь успеть все сразу, то нарушаете естественный ход биоритмов. Каждые два часа ваш организм замедляет восприятие, предпочитают обдумывать каждое свое действие, каждый шаг со скоростью улитки. Результат известен.

Если вы не хотите раньше времени сойти с дистанции, а наоборот - стремитесь к стабильному успеху в жизни, научитесь на время забывать только одно слово "надо". Иногда заменяйте его на другой модальный глагол "можно". Это и есть "золотой ключик", который способен открыть заветную дверь в счастливую жизнь. Лениться талантливо, а не тривиально и бездарно можно при одном условии - когда свободна душа и нет никаких обязательств даже перед самим собой. Только с таким настроем вы научитесь по-настоящему отдыхать и расслабляться.

Поясню свою мысль. Представьте себе ситуацию, что вы едете в далекий неизвестный город и заранее программируете себя: "надо посмотреть такой-то замок или такую-то пирамиду". Это замечательно, но, уверяю вас, полноценно вы не отдохнете. Будете по-прежнему чувствовать некую заданность, ощущать себя человеком, которым управляют обстоятельства и необходимость. Помните, как герой мультфильма "Каникулы Бонифация" на отдыхе попал в ситуацию, когда ему пришлось

любой момент, когда есть такая потребность. Причем для этого не обязательно куда-то уезжать. Просто настройте себя на свободу. Разрешите себе быть такой, какая вы есть. Бросьте весла и плывите по течению... Сядьте или примите горизонтальное положение, расслабьтесь. Понаблюдайте за собой со стороны. Увлекательное получится занятие. Решительно скажите

лениться? Мне и болеть-то некогда".

Ситуация знакомая. Советую загруженным женщинам устроить себе выходной или еще лучше - 8 марта.

Если вы один день бросите готовить, вылизывать квартиру или стирать, поверьте, мир не перевернется и никто не пострадает. Зато вы сможете полноценно отдохнуть, сбросить

крыльях. Над вами синее небо, подернутое вуалью легких облаков. Если хотите, полежите на облаке. А может, вы предпочитаете зарыться в стог сена, чтобы забыться и заснуть, вдыхая пьянящий острый аромат? Все в вашей власти!

В нашей культуре слово "лень" имеет негативный оттенок. А между тем умные и ленивые всегда относились к интеллектуальной и творческой элите. Александр Пушкин, к примеру, до трех часов дня нежился в постели и никуда не торопился. Он обдумывал новое произведение или писал стихи. Даже популярный сказочный герой Илья Муромец 33 года лежал на печи, прежде чем совершить свои богатырские подвиги.

Если вам вдруг захочется бросить все дела и сказать: "Да пропади все пропадом!" - это сигнал того, что вам действительно необходим отдых. Поленитесь немного, не корите себя за внезапную слабость, прислушайтесь к голосу своей интуиции.

Очень хорошим видом плодотворной лени может стать любое творчество для души. Рисуйте, пишите стихи, пойте, вышивайте, играйте на музыкальном инструменте. Причем, если стесняетесь, можете никому не показывать свои произведения. Но лучше показать. Зачем? Чтобы втянуть мужа, дочку или сына в увлекательный созидательный процесс. Совместное творчество укрепляет семейные узы. Не бойтесь на какое-то время стать ребенком. Дайте возможность вашим чадам сделать открытие, что вы тоже были когда-то маленькой. Это удивительно сблизит вас с ними.

Древние философы советовали мудрым родителям учить детей терять время. Для того, чтобы они смогли развивать воображение. Сегодня многие папы и мамы буквально дикта-

бессмысленная и неблагодарная работа, недосыпание, постоянное нервное напряжение, отрицательные эмоции.

Стоит прислушаться к своему мудрому организму. Если вы всегда спешите и стараетесь успеть все сразу, то нарушаете естественный ход биоритмов. Каждые два часа ваш организм замедляет восприятие действительности. Он периодически отдыхает, даже если вы сопротивляетесь. И все же постоянное насилие над собой - это путь в пропасть.

Японцы говорят, что русский роет яму до тех пор, пока в нее не упадет. Они сами выбрали противоположную так-

любой момент, когда есть такая потребность. Причем для этого не обязательно куда-то уезжать. Просто настройте себя на свободу. Разрешите себе быть такой, какая вы есть. Бросьте весла и плывите по течению... Сядьте или примите горизонтальное положение, расслабьтесь. Понаблюдайте за собой со стороны. Увлекательное получится занятие. Решительно скажите себе: "Я никому ничего не должна". Вы и сами удивитесь внезапному ощущению легкости.

Предчувствую, что какая-нибудь дама, читая эти строки, в душе возмутится и подумает: "Легко психологам рассуждать, а на мне дом, работа. Когда мне

лениться? Мне и болеть-то некогда".

Ситуация знакомая. Советую загруженным женщинам устроить себе выходной или еще лучше - 8 марта.

Если вы один день бросите готовить, вылизывать квартиру или стирать, поверьте, мир не перевернется и никто не пострадает. Зато вы сможете полноценно отдохнуть, сбросить напряжение и тяжелый груз повседневных забот. Да вы просто вздохнете свободно, почувствуете себя Прекрасной Дамой, а не рабыней. Уверяю вас, что и сыну или дочери, не говоря уже о муже, это пойдет только на пользу. Они и сами в состоянии приготовить себе какое-нибудь примитивное блюдо вроде яичницы или жареной картошки. Зато вы предоставите им возможность наконец оценить ваш утомительный и незаметный домашний труд. А вы в это время займитесь тем, что вам приятно. Поверьте, в такой ситуации выиграют все.

Чтобы как следует расслабиться, можно использовать элементы проверенной веками хатхи-йоги. Вытеснить из головы неприятные мысли поможет аутогенная тренировка. При этом лучше всего вспомнить какой-нибудь приятный вам пейзаж.

Я иногда говорю своим пациенткам: "Представьте, что вы лежите на теплой траве в июле в сосновом бору, воздух наполнен тонким, слегка терпким ароматом. Чувствуете его целебное тонизирующее действие?"

Вы можете предаться лени на лужайке, где жужжат лохматые шмели, благоухают нежные синие, розовые и фиолетовые полевые цветы. Представьте, что вы пропитываетесь насквозь негой летнего дня, растворяетесь без остатка в этой тишине и покое. Вообразите себя цветком или бабочкой-шоколадницей с завораживающим орнаментом на

Совместное творчество укрепляет семейные узы. Не бойтесь на какое-то время стать ребенком. Дайте возможность вашим чадам сделать открытие, что вы тоже были когда-то маленькой. Это удивительно сблизит вас с ними.

Древние философы советовали мудрым родителям учить детей терять время. Для того, чтобы они смогли развивать воображение. Сегодня многие папы и мамы буквально лишают детства своих отпрысков, раньше времени впрягая их в сверхнапряженный ритм современной жизни.

Американский профессор Арнольд Андерсен проанализировал биографии тысячи людей, ставших гордостью мировой цивилизации. Он пришел к выводу, что, для того чтобы в ребенке "расцвел" талант, нужна особая психологическая среда, в которой развивается воображение. Чрезмерная нагрузка может, наоборот, подавить личность маленького человека.

Не мешайте ребенку заниматься тем, что ему нравится. Да вам и самим полезно как можно чаще включать воображение. К примеру, придумайте себе новый имидж, станьте другой. Можно начать с внешности: поменяйте прическу, поэкспериментируйте с макияжем. Сделайте то, что для вас не типично. Допустим, сходите в музей или в ночной клуб, то есть туда, где никогда не были. Познакомьтесь с новыми людьми. Расширьте границы своей жизни, раскрасьте ее, сделайте ярче и интереснее.

Мудрецы говорят: "Человек - это цветок". Чем больше у него лепестков, тем он красивее. Лепестки - это интересы, увлечения. Совершенствуйте себя, открывайте и шлифуйте новые грани своей личности. Будьте новой каждый день. Берите пример у природы, которая постоянно обновляется. Поленитесь ради будущего.

Наталия МАКСИМОВА.

КОГДА УВИЖУ, КАК ТЫ ПИШЕШЬ...

...Я многое узнаю про тебя. Речь идет не о распознавании человека по его почерку, а именно о манере письма, которая также немало может рассказать о характере того или иного индивидуума. При помощи этого психологического теста вы можете получить новые дополнительные сведения о себе. Однако не менее ценным он может оказаться для вас и тогда, когда появится необходимость побольше узнать о малознакомом человеке, с которым вы хотите подружиться, или о партнере, с которым намерены вести переговоры.

Когда человек привык писать:

1. С головой, сильно наклоненной к листу бумаги.

Человек довольно неуверенный и немного недоверчивый к другим. Характер скрытный и необщительный заставляет видеть все более сложным и мрачным, чем это есть на самом деле.

Немного больше открытости и доверия к другим помогло бы приобрести веселость и живость в общении.

2. Грызя ручку.

Личность мечтательная, наделенная богатым воображением и общительным, оптимистичным характером. Однако так же легко увлекается чем-то новым в жизни, легко оставляет свои планы и погружается с головой в другое занятие.

3. С корпусом, повернутым в сторону.

Представитель "сильного пола": спортивный, динамичный, полный инициативы и предприимчивости. Однако по этой причине иногда в представительницах прекрасной половины человечества видят мужские черты характера, в то время как на самом деле они очень женственные и романтичные.

4. Сидя чинно и степенно.

Это личность осторожная и осмотрительная, ко всему в жизни подходящая с серьезностью, тщательно обдумывая решение, которое собирается принять. Другим нелегко повлиять на них, убедить сделать что-то, с чем они не согласны.

5. Жуя что-то во время письма.

Человек немного экстравагантный и беспорядочный, которому нелегко сконцентрироваться. Все время гоняется за мыслью, которая "сбежала" из головы. Моментально забывает то, о чем думал минуту назад.

6. Слегка наклонившись вбок.

Это присуще человеку застенчивому, замкнутому, нуждающемуся в опеке, защите, не очень уверенному в своих силах и легко поддающемуся чужому влиянию. Немного больше уверенности в собственных силах помогло бы бороться с трудностями.

Подготовил Владимир МИХАЙЛОВ.

У нас есть рыбки, собака и попугай. Вообще мы очень любим животных. Расскажите: как разные животные уживаются друг с другом? Можно ли нам завести кошку или хомячка?

Семья СВЕТЛЯКОВЫХ.
Москва.

Как ни странно, но "классовые враги", которые в природе не переносят друг друга, дома уживаются обычно очень хорошо. Например, собака с кошкой сплошь и рядом становятся друзьями. Самый простой вариант - когда щенок и котенок вместе растут. Но даже при разнице в возрасте в несколько лет взаимопонимание наступает очень быстро. Одна моя коллега - ветеринар, хозяйка колли, подобрала на улице котенка. Так пес сразу же взял над малышом шефство: облизал, принес свои игрушки... Когда котик вырос, он научился кататься на собаке: с разбегу прыгал и вцеплялся всеми четырьмя лапками в роскошную гриву колли. В другой раз пес застиг приятеля в тот момент, когда тот ел корм из его миски. И вместо того чтобы "разобраться" с ним на месте, побежал "ябедничать" хозяйке.

Примирить кота с новым жильцом в доме бывает сложнее. Но все равно до "кровавых" конфликтов дело не доходит. Кошки обычно успокаиваются, дав понять новому жильцу, "кто в доме хозяин". А собаки "по жизни" существа более терпимые и свести с наглым зверем счеты не стремятся. К тому же раз сказал хозяин "нельзя", стало быть, и не будем. На животных, выходящих за рамки их "профессиональных" интересов (жаба в террариуме, рыбки в аквариуме), собаки и вовсе не обращают внимания либо воспринимают их позитивно. Например, мой Барсик (Барсик - овчарка, сокращенное от Баррет) очень трепетно относился к кроликам, которые пару лет жили у нас в квартире. Он подолгу лежал около клетки, на прогулке в вольере пытался их пасти, не давая разбегаться, иногда заигрывал: подкрадывался сзади и лаял. Кролик в предынфарктном состоянии падал и закрывал глаза, а Барсик, словно извиняясь, лизал его в мордочку и уходил с чувством выполненного долга. Правда, тот же Барсик, будучи в гостях, "выпил" хозяйских рыбок: ну жарко было, а аквариум на низеньком столике стоял... Так с водой лять рыбок и заглотил. Но не по злому же умыслу!

Сложнее "подружить" животных, воспринимающих других обитателей квартиры в природе как объект охоты. Классический пример - кошка с мышкой или птичкой. Тут лучше держать слабых в клетке, под надежным замком, так, чтобы кошка не могла зверька достать. Хотя наблюдать за их взаимоотношениями чрезвычайно интересно. Жил у меня белый крыс по кличке Лаврик. Барсик на него внимания не обращал, а вот кот Леонид вел себя очень забавно: в первый же день долго ходил вокруг клетки, принюхивался, пытался достать такую большую вкусную крысу. А Лаврик быстро понял, что ничего страшного кот ему не сделает, лапа в клетку не пролезет, значит, и внимания обращать нечего. Через пару дней отношения между Леонидом и Лавриком свелись к следующему: кот ложился, привалившись боком к клетке, и делал вид, что спит. Лаврик высовывал "руки" сквозь прутья и начинал перебирать кошачью шерсть: "Ах, какой мех! Мне бы в гнездышко такой!" и с силой дергал. Кот с мяуканьем отскакивал и начинал зализывать "ущипленный" бок. И повторялась эта история как минимум через день. Очевидно, и Лаврик, и Леонид находили какое-то удовольствие в этой странной игре.

У других моих знакомых жила "дружная" семья: кот, доберман и попугай - гиацинтовый ара. Время от времени попугай решал поразмяться и атаковал кота. Кот начинал гонять его по квартире. Попугай, естественно, орал дурным голосом и улепетывал где бегом, а где лётом. На вопли прибегал доберман и тут же включался в погоню, весело гавкая: "Кого ловим-то, братцы?" Кончался этот "беспредел" появлением "миротворческих сил", то бишь хозяина с веником в руках. Мир в семье на два-три дня восстанавливался.

За всю свою практику я ни разу не сталкивалась с эпизодами, когда один обитатель квартиры всерьез причинил бы зло другому. Случались, конечно, печальные недоразумения вроде "выпитых" рыбок или того же попугая ара, на которого доберман наступил-таки в пылу погони. Но при соблюдении минимальной осторожности все зверьки живут долго и счастливо. Единственное, на что стоит обратить внимание, - заводя много разных животных, учитывайте их сословные взаимоотношения. Тот, кто жил у вас первым, будет считать себя "главнее" вновь прибывших (касается это, разумеется, только кошек, собак и отчасти попугаев). Поэтому, если вы, приведя в дом собаку (при условии, что кот у вас уже есть), будете удалять ей больше внимания, не удивляйтесь, что кот станет ее обижать, а то и начнет из ревности "метить" вашу обувь и одежду. Старайтесь делить любовь и заботу поровну между всеми питомцами. Или постарайтесь, чтобы у каждого был "свой" хозяин. У нас, например, Барсик был "моей" собакой, крыс Лаврик - любимцем моего сынишки, а кот Леонид - "дедушкиным внуком". Крыс жил в клетке сам по себе, а у Леонида с Барсиком конфликт возникал только в том случае, если овчарка шла ласкаться к деду. При этом присутствие кота на моих коленях пес переносил безропотно. Что ж, умеют кошки себя поставить...

Ольга ЛАРИОНОВА,
натуралист.

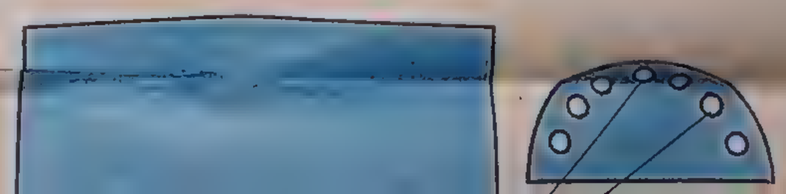
ЧИСТЫЙ ЗАЩИТНИК

Говорят, что кошки приносят в семью счастье. Так ли это?

себя. Причем без особого ущерба для

Хотя иногда случается, что животному не под силу справиться с пришедшим в дом злом. Собаки, защищая хозяев до послед-

Стенка



Как правильно сделать обогреватель для аквариума? Какой мощности он должен быть?

Станислав КРОШИН.
Тверь.

гриву колли. В другой раз пес

ПУШИСТЫЙ ЗАЩИТНИК

Говорят, что кошки приносят в семью счастье. Так ли это?

Ираида НИКУЛИНА. пос. Чупа, Карелия.

Домашние животные вообще, а в особенности кошки - активные поглотители и нейтрализаторы негативной энергии. Иными словами, если на вас, вашу семью направлено какое-либо зло, недоброжелательность, кошка примет его на себя. Причем без особого ущерба для своего здоровья.

Хотя иногда случается, что животному не под силу справиться с пришедшим в дом злом. Собаки, защищая хозяев до последнего, начинают болеть, могут даже умереть. Кошка же просто уйдет. Не исключено, правда, что через месяц-другой она вернется. Поэтому состояние здоровья и поведение вашего питомца могут служить своеобразным индикатором энергетического благополучия вашего дома.

Алексей ТУМАНОВ.

ДВОРНЯЖКА В УПРЯЖКЕ

Какой породы собаку можно запрягать зимой в санки? И с какого возраста?

Сергей СОБОЛЕВ. Кострома.

В упряжке может ходить собака любой породы, если она достаточно крупная и сильная, - хоть дог, хоть дворняжка. Ребенка лет 5-8 и фокстерьер, и спаниель по утоптанному снегу с места сдвинут. Взрослого человека весом 70-80 кг прокатят обычная овчарка - немецкая или восточная, крупная дворняга. Заезжать (термин, обозначающий приучение к упряжке) собаку надо примерно с годовалого возраста, но полную нагрузку давать не ранее чем в полтора-два года.

Наталья ШАХОВСКАЯ, кинолог.

руках. Мир в семье на два-три дня восстанавливался.

замком, так, чтобы кошка не могла зверька достать. Хотя на-

Ольга ЛАРИОНОВА, натуралист.

ЭЛЕКТРИЧЕСКОЕ СОЛНЫШКО

Как правильно сделать обогреватель для аквариума? Какой мощности он должен быть?

Станислав КРОШИН. Тверь.

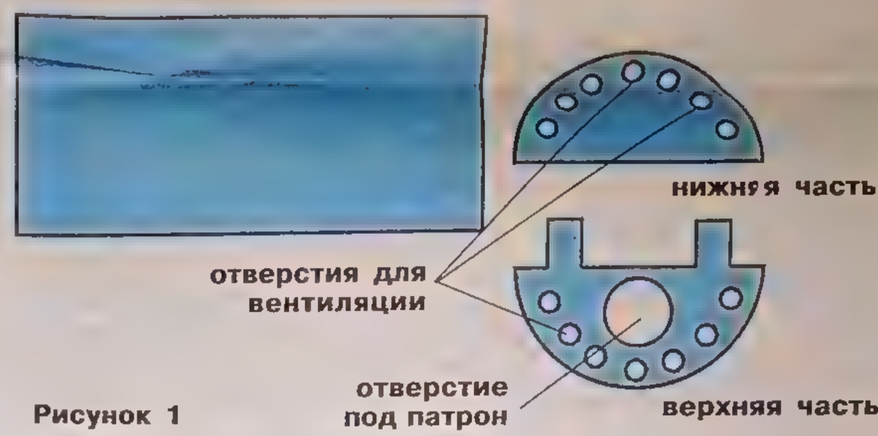


Рисунок 1

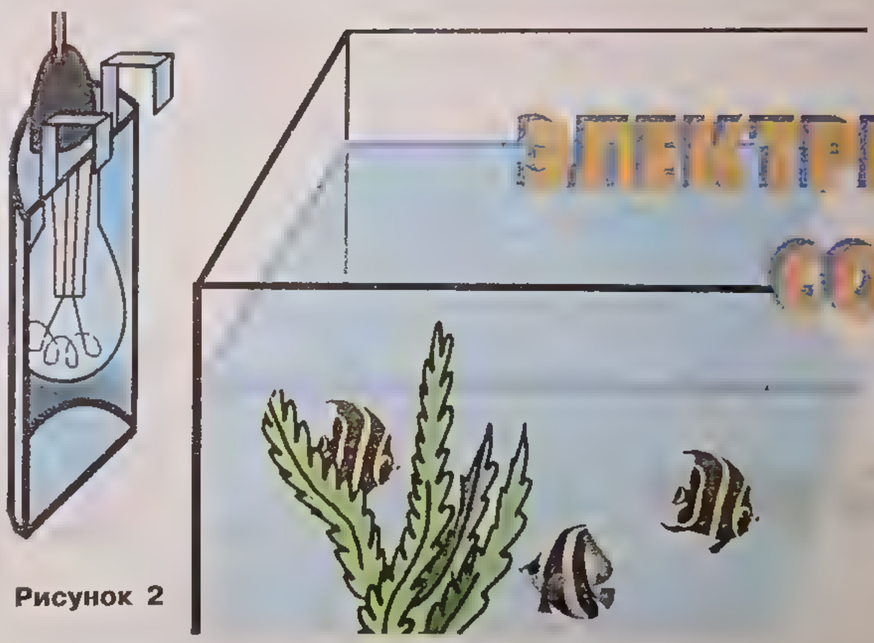


Рисунок 2

Обогреватель для аквариума - обычная электролампочка. Мощность ее зависит от двух вещей: объема аквариума и той температуры, которую вы хотите получить. Сделать обогреватель несложно. Вырежьте из тонкого листового железа развертку **(рисунок 1)** и спаяйте полукруглый короб. В верхней части вырежьте отверстие и вставьте патрон под электролампочку. Короб вешается на край аквариума. Обязательно установите в аквариум термометр - так вы сможете подобрать лампу оптимальной мощности. Обогреватель в сборе - на **рисунке 2.**

Алексей ТУМАНОВ.

ЛУЧШЕ, ПОПОЧКА, ПОМОЛЧИ

Мы нашли на улице попугая. А через месяц оказалось, что он ругается. Можно ли его отучить? Ведь у нас дети...

Ирина ГОСТЮХИНА. Москва.

К сожалению, заставить попугая "забыть" бранные слова вам не удастся. Просто присмотритесь, в каких ситуациях он сквернословит, и постарайтесь не допускать их - ведь попугаи обычно "раскрывают рот", то есть клюв, к месту, в ответ на какой-нибудь внешний раздражитель.

Другой способ - побольше общайтесь с попугаем, разговаривайте тихим ласковым голосом, постарайтесь научить его произносить какие-нибудь новые слова, фразы. Короче, расширьте его лексикон. Тогда он и ругаться меньше будет, а то и вовсе перестанет.

Виктор ХОМЯКОВ, биолог.

КАКТУСЫ ЗИМОЙ

Многих любителей комнатных растений интересует один и тот же вопрос: какие условия нужно создать кактусам зимой, чтобы на следующий год они образовывали не только многочисленных деток, но и цветы? Правда, специалисты, да и опытные цветоводы, сразу же заметят, что кактус кактусу рознь, поэтому сегодня мы остановимся на наиболее распространенной группе этих растений - пустынных кактусах, тех, которые обитают в засушливых местах.

Чтобы разобраться в данном вопросе, прежде всего нужно вспомнить, в каких именно природных условиях обитают эти растения. Пустыни отличаются жарким климатом и малым количеством осадков. Период активного роста у кактусов очень короткий - 1-2 месяца. Он всегда совпадает с влажным сезоном, который обычно приходится на весну или начало лета. В этот период колючие растения жадно впитывают скудную влагу, после чего начинают формировать новые побеги, бутоны и детки. Когда благодатный период заканчивается, кактусы впадают в состояние стагнации. В это время жизнь растений замирает. Они экономно расходуют запасенную влагу и терпеливо ждут очередного сезона дождей. Впрочем, полное отсутствие влаги стало необходимым фактором для формирования цветочных почек. Если предполо-

жить, что сезон дождей в пус-

нет, а неблагоприятные условия применительно к комнатным - это прежде всего недостаток света. Получается, что и в знойной пустыне, и на прохладном подоконнике зимой кактусы расти не должны. Ввести растения в состояние стагнации очень просто. В середине осени нужно полностью прекратить поливы. Если кактус уже вырос до размеров мелкой монеты, то до весны в горшок не должно попадать ни капли воды. Не стоит опасаться, что растение погибнет от иссушения. Для обитателей пустыни недостаток влаги - состояние вполне естественное.

Если поливы не прекращаются, то кактусы конечно же будут продолжать расти, но поскольку зимой условия для этого неправильного зимнего роста остаются навсегда. Впоследствии даже самый тщательный уход не исправит прошлые ошибки. Не говоря уж о том, что кактусы, у которых не было периода зимнего покоя, не зацветут ни весной, ни летом.

Итак, запомните: чтобы обеспечить кактусам нормальное существование, зимой их поливать не нужно. С октября по март - ни капли воды! "Сезон дождей" следует начинать с опрыскиваний, затем перейти к легкому увлажнению почвы и лишь через 3-4 недели можно входить в режим обычных поливов.

Впрочем, из данного правила могут быть исключения. Если вам нужно быстро подрастить молодые растения, то период активного роста можно продлить (маленькие экземпляры все равно не цветут). Для этого необходимо установить над кактусами лампы дневного света. Для нормального освещения подоконника потребуется не менее двух ламп, подвешенных на высоте 15-20 см от верхушек растений. Поскольку неблагоприятных условий нет, то кактусы могут продолжать рост безо всякого ущерба для своего внеш-

В диком виде буковица лекарственная часто встречается в сосновых и березовых лесах Европейской части, Кавказа и Западной Сибири. В этом растении содержатся эфирное масло, дубильные вещества, алкалоиды. В основном буковицу применяют как желчегонное, успокоительное, ранозаживляющее средство, к тому же способное улучшать пищеварение.

БУКОВИЦА ИЗ ЛЕСА

В цветниках на своем дачном участке лучше всего выращивать более декоративную буковицу - крупноцветковую. Она светолюбива, но теневынослива, влаголюбива, зимостойка. Разрастаясь, буковица образует кустики-куртинки диаметром около 40 см. Красивые темно-зеленые листья оригинальной текстуры сохраняются декоративными до самых заморозков. Мощное слабоползучее корневище, уходящее на глубину до 30 сантиметров, позволяет буковице долгое время жить на одном месте без пересадки. Цветение обычно продолжается 2-3 недели - с конца июня до начала июля.

В это время на растении вырастают прочные цветоносы до 50 см высотой. Розовые цветки собраны в многоярусные мутовки. Отцветшие цветы не портят внешнего вида растения. Вы можете обрезать цветоносы после окончания цветения либо оставить их на семена. Созревают они постепенно и при благоприятных условиях могут рассеяться сами. Собранные семена высейте непосредственно в открытый грунт под зиму или в ящик весной. Правда, молодые растения, полученные таким способом, зацветут лишь на третий год.

Чрезмерно разросшиеся куртинки делите раз в пять лет весной или осенью и сажайте с интервалом 20-30 см.

Компактные хорошо развитые кустики буковицы высаживают на открытых солнечных местах с умеренно увлажненными почвами. Особенно хороша буковица крупноцветковая на альпийской горке или в рокарии в окружении белых гвоздик, цветущих одновременно с ней.

Анна ЯНИНА

Впрочем, полное отсутствие влаги стало необходимым фактором для формирования цветочных почек. Если предположить, что сезон дождей в пустыне сильно затянулся, то в результате вырос бы целый кактусовый лес, но цветущих растений там бы не было.

Обитая на наших подоконниках, кактусы не изменяют своим принципам. Они все так же растут, когда есть влага, и впадают в состояние стагнации при неблагоприятных условиях. Правда, недостатка воды у нас бояться, что растение погибнет от иссушения. Для обитателей пустыни недостаток влаги - состояние вполне естественное.

Если поливы не прекращаются, то кактусы конечно же будут продолжать расти, но поскольку зимой условия для этого не самые благоприятные (мало света, холодно), то стебли начнут вытягиваться, придавая растениям уродливый вид. Ну кто не видел цилиндрические эхинопсисы со странными узкими перетяжками или шаровидные гимнокалициумы "вдруг" принявшими форму груши? Отметины

Для нормального освещения подоконника потребуется не менее двух ламп, подвешенных на высоте 15-20 см от верхушек растений. Поскольку неблагоприятных условий нет, то кактусы могут продолжать рост безо всякого ущерба для своего внешнего вида.

Кстати, именно таким образом в промышленных условиях выращивают крупные экземпляры колючих монстров. Кактус, который в природе растет десятки лет, в тепличных условиях может достичь таких же размеров за несколько сезонов.

продолжается 2-3 недели - с конца июня до начала июля.

В это время на растении вырастают прочные цветоносы до 50 см высотой. Розовые цветки собраны в многоярусные мутовки. Отцветшие цветы не портят внешнего вида растения. Вы можете обрезать цветоносы после окончания

стах с умеренно увлажненными почвами. Особенно хороша буковица крупноцветковая на альпийской горке или в рокарии в окружении белых гвоздик, цветущих одновременно с ней.

Анна ЯНИНА, фитодизайнер.

НАРОД ИНТЕРЕСУЕТСЯ...

Какие вьющиеся растения можно выращивать на северном окне?

Любовь ТЕТЕРА. Псковская область.

В условиях недостаточной освещенности успешно могут расти различные виды лиан, относящиеся к семейству ароидных. Например, монстеры, филодендроны, сингониумы, сциндапсусы. Кроме того, на северных окнах неплохо развиваются всевозможные папоротники, такие, как нефролепес, адиантум, платицериум и другие.

Как правильно выращивать орешник, который называется лещина?

Юлия КОМИССАРОВА. с. Пасечово Кировской области.

Лещиной принято называть культурные сорта лесного ореха. Никаких особых способов выращивания для него не существует. Посадите куст на открытом месте. Поливайте по мере необходимости, удобряйте, как и другие плодовые кустарники, раз в две недели.

Почему не цветет рябчик императорский? Я посадила его три года назад. Каждую весну отрастают только листья длиной 25-30 см.

Ольга ЗАХАРОВА. Алтайский край.

Возможно, луковицы посажены слишком глубоко или, наоборот, слишком мелко. Маленькие луковицы заглубляют на 10-12 см, а крупные - на 15-20 см.

Раздел ведет обозреватель "Друга дома" - агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ

Так каприфоль цветет...

Что за растение каприфоль? Можно ли его выращивать в саду?

Татьяна ИВАНОВА. г. Сергиев Посад Московской области.

Правильное название этого растения - жимолость каприфоль. Но в отличие от других видов жимолостей каприфоль растет не кустом, а в виде лианы. Весной она пышно цветет, наполняя всю округу чудесным ароматом. Осенью в основании круглых листьев созревают оранжевые ягоды. Они несъедобны, но весьма декоративны.

Жимолость каприфоль вполне морозостойка, поэтому на зиму ее укрывать не нужно. Однако если лиана растет на влажной почве, то в суровую зиму она может погибнуть. Никакой особенной обрезки делать не нужно. Длинные стебли каприфоли укорачивают по мере необходимости.

...а так - плодоносит.

ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3

220 В, 1,5 кВт - 9200 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - 4900 р.

М. Ленинский просп., 5 Донской пр-д, 21б, проходная ЭНИМС

Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

НАСТОЯЩИЙ МУЖЧИНА

БЛЕСК ПОД ЛАКОМ

Хочу дать совет, как сохранить блеск латунных, медных изделий, чтобы не приходилось их каждый раз надраивать.

Достаточно хорошенько их обезжирить и покрыть слоем лака НЦ или УР - они отлично предохраняют металл от окисления.

Андрей РЯШИН.
Томск.

ВЕШАЛКА ДЛЯ ТАПОЧЕК

Я хочу рассказать, как можно сделать очень удобный шкафчик для обуви, занимающий к тому же мало места. Его глубина всего 20 см. Идея в том, что обувь надевается на контуры, выгнутые из стальной проволоки диаметром 3-4 мм. Эти контуры с помощью стальных шпилек (их делают из обычных гвоздей, предварительно "откусив" у них шляпки) крепятся на деревянные рейки. Сверху "шкафчик" закрывается широкой доской, к переднему краю которой приклеивается или привинчивается декоративный карниз, маскирующий леску со шторкой.

А для хранения в шкафу небольших предметов - шапочек, шарфиков, перчаток - можно использовать сумку, прикрепленную к обыкновенной вешалке.

Татьяна СЕРЕДКИНА.
г. Усолье-Сибирское Иркутской области.

Во многих домах старой постройки, на дачах, верандах и лоджиях установлены оконные рамы с одним наружным стеклом. Отсюда и большие теплопотери в помещениях в холодное время года. Надо

предварительно "откусив" у них шляпки) крепятся на деревянные рейки. Сверху "шкафчик" закрывается широкой доской, к переднему краю которой приклеивается или привинчивается декоративный карниз, маскирующий леску со шторкой.

А для хранения в шкафу небольших предметов - шапочек, шарфиков, варежек - можно использовать сумку, прикрепленную к обыкновенной вешалке.

проволочный контур **шпилька из гвоздя** **деревянная рейка**

Татьяна СЕРЕДКИНА.
г. Усолье-Сибирское Иркутской области.

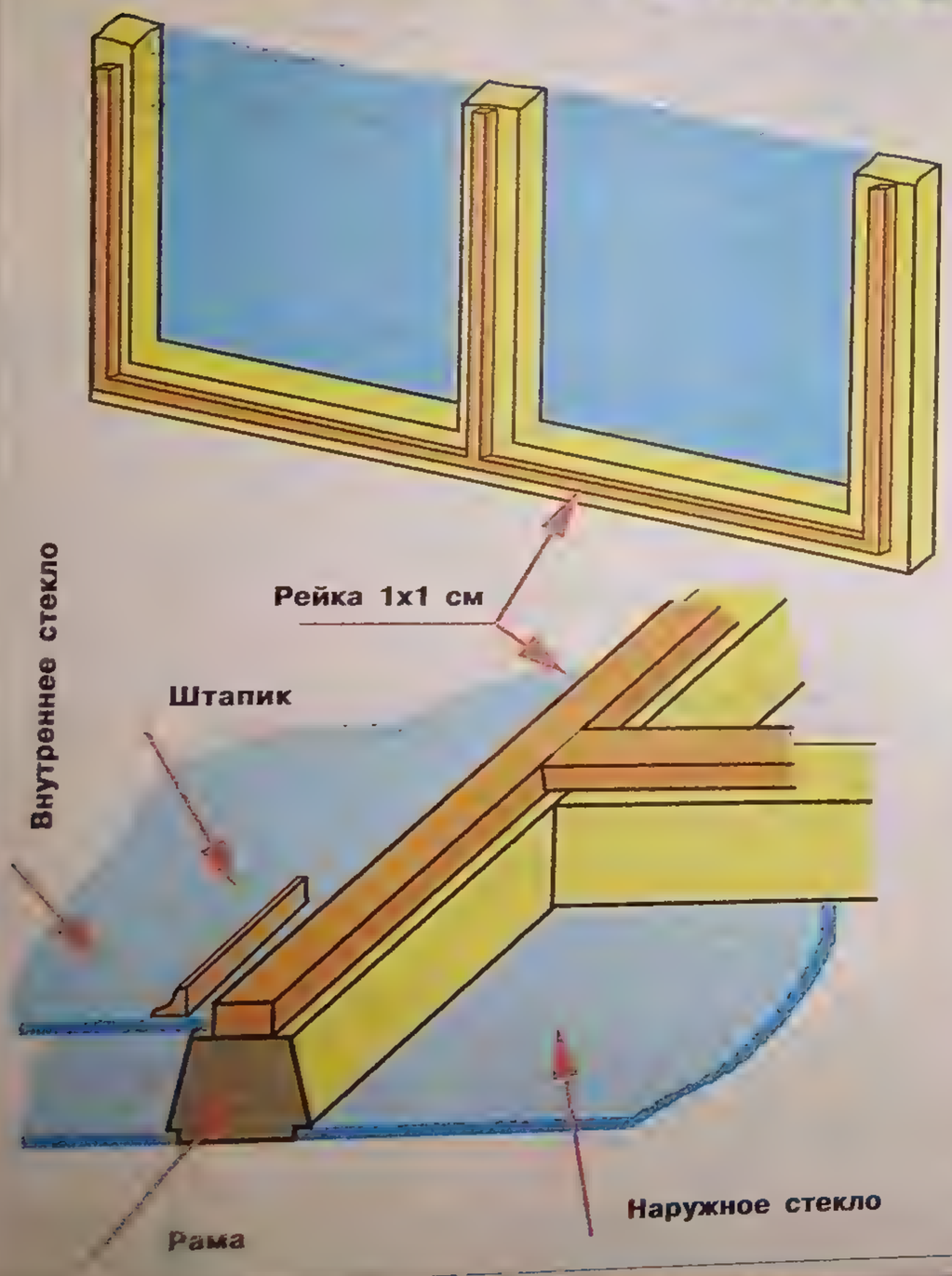
ТЕХНОСОФТ - Компьютерный центр

Ⓜ Бауманская, ул. Старая Басманная, д. 25. Тел.: 261 3401. E-mail: contacts@pclife.ru

Логотипы Intel Inside® и Pentium® являются зарегистрированными товарными знаками Intel Corporation

СОБИРАЕМ СТЕКЛОПАКЕТ

Во многих домах старой постройки, на дачах, верандах и лоджиях установлены оконные рамы с одним наружным стеклом. Отсюда и большие теплопотери в помещениях в холодное время года. Надо утеплять, и дело это несложное, если есть желание и небольшие средства. Говоря коротко, поставим дополнительное внутреннее остекление, или, как принято говорить сейчас, - стеклопакет. При этом саму раму менять не обязательно.



Работу начинаем с замера стоек и перекладин внутренней поверхности рамы. Как правило, они сужаются вовнутрь и могут составлять 3-4 см по ширине. В зависимости от этого выстругиваются (приобретаются) рейки толщиной в 1 см и шириной 1 или 2 см, длиной - по всему периметру рамы, включая перегородки. После этого рейки нарезаются в соответствии с размерами рамы так, чтобы они плотно соприкасались впритык в соединениях. Затем рейки пришиваются к раме гвоздями или шурупами точно по середине стоек и перекладин рамного полотна, как показано на **рисунке**.

После того как рейки тщательно подогнаны и закреплены на раме, с обеих сторон их оснований получатся пазы, как при выборке дерева шпунтубелем. Это и есть выемки 1x1 см под закраину полотна стекла. Замерив ширину и высоту между рейками, определяем размеры листов стекла. При этом от полученных размеров отнимаем по 5 мм в основании и в высоте листа стекла.

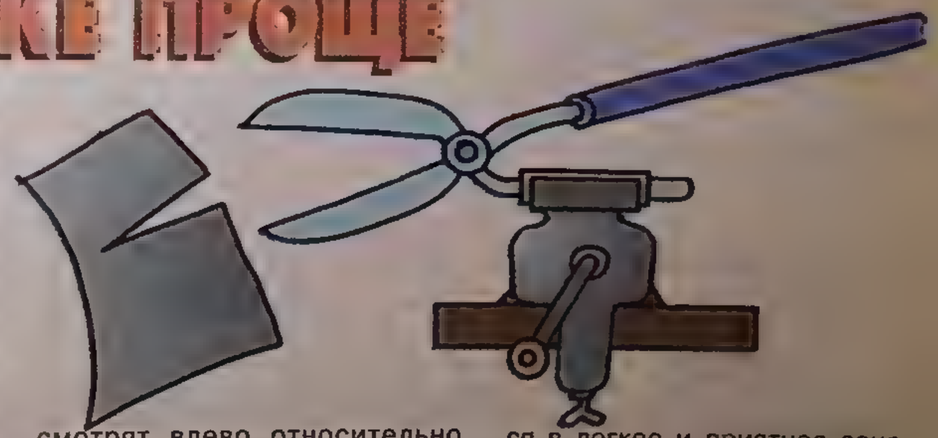
Нарезав листы, аккуратно вставляем стекло между рейками и закрепляем его заранее подготовленными стандартными штапиками на гвоздиках. Если вы хотите добиться того, чтобы стекло внутри рамы не пылилось (невозможно мыть без разборки), основание пазов под стекло желательно покрыть силиконовой мастикой, обычной оконной замазкой. Тогда стекло отлично приклеится, а внутреннее пространство станет довольно герметичным. После установки внутреннего стекла стыки рейки со штапиками шпаклюются и по высыхании зашкуриваются и окрашиваются. Для достижения лучшего декоративного эффекта можно использовать пластиковые раскладки, наклеенные поверх реек и штапиков.

По готовности вашего стеклопакета в помещении сразу же станет тише, теплее, а внешний вид окон не ухудшится.

Сергей ДМИТРИЕВ.

НА СТАНКЕ ПРОЩЕ

Не все умеют грамотно работать ножницами по металлу. Если же у вас есть тиски, можете соорудить "резательный" станок и работать на нем вдвоем - один режет, другой подает металл. Зажимаете ножницы за ручку в тиски, на другую надеваете трубку 50-70 см длиной, чтобы увеличить рычаг (см. **рисунок**). Разрезая металл, ручку ножниц не только давите вниз, но и слегка тяните на себя (в том случае, если острия ножниц



смотрят влево относительно вас). На стационарно закрепленных ножницах резка жести, листового железа превращается в легкое и приятное занятие.

Антон АРБАТОВ.
Санкт-Петербург.

НИ ЦАРАПИН, НИ ЖУКОВ

У многих в доме стоит полированная мебель. Чтобы она не один год радовала глаз, за ней необходимо тщательно ухаживать. Но чаще бывает по-другому. И сегодня, отвечая в Клубе взаимопомощи на вопрос **Марии КРАПИВИНОЙ** из Иркутска о способах восстановления мебели, наши читатели поделились своими методами ухода за полированными и неполированными поверхностями.

Вот что предлагает **Лана ИШАНОВА** из Волгограда.

Полированную мебель вытирайте тряпкой, смоченной чаем, затем - бархоткой. А загрязненную мебель - керосином или водой с добавлением скипидара.

Жирные пятна можно удалить с помощью талька. Мебель, забрызганную меловой краской, протрите тряпкой, смоченной уксусом с несколькими каплями растительного масла. Освежить мебель можно так: вымойте, а после высыхания обработайте раствором из 2 частей скипидара, 2 частей льняного масла, 1 части уксуса. Дубовую мебель чистите лоскутом сукна, смоченным водой либо пивом.

Если кто-то опрокинул флакон зеленки или чернил на свет-

Первый способ. 15 частей очищенного пчелиного воска, 50 частей скипидара, 20 частей натуральной олифы, 19 частей парафина, 5 частей мыльной стружки, 50 частей воды.

Второй способ. 2 части стеариновой кислоты, 3 части скипидара. В мастику можно добавить небольшое количество красителя, наиболее подходящего к цвету мебели. Нанесите мастику на поврежденные места и отполируйте до блеска фланелевой или суконной тряпочкой.

Для того чтобы царапины на мебели стали менее заметны, возьмите маленькую щеточку, смочите ее в слабом растворе йода и протрите царапину. Особенно этот способ подходит для дуба, ореха и красного дерева.

След от горячего предмета

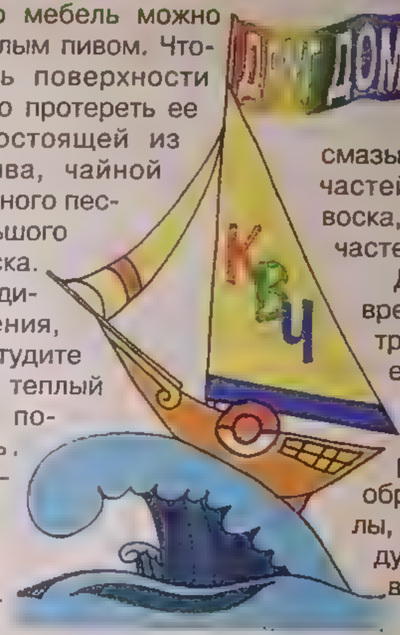
нерованной поверхности мебели можно устранить без особых проблем. Если под вздутием сохранился клей, то достаточно наложить несколько слоев бумаги и прогладить это место горячим утюгом. Растопленный клей притянет отставший слой фанеры. На небольшие пузырьки можно наложить хорошо нагретую металлическую ложку. Если клея под вздутием нет, то сделайте небольшой надрез (по направлению волокон древесины), налейте в образовавшееся отверстие немного клея и прогладьте.

Лакированную мебель можно обновить при помощи мастики. Готовится она из взятых в равных частях воска, скипидара и керосина. Вместо керосина можно использовать олифу. Мастику нужно расплавить, нанести на поверхность, а через 30-40 минут натереть фланелью или сукном до блеска.

Для неполированной мебели требуется другая мастика. В бутылку с широким горлышком положите мелко настру-ганный воск и залейте его скипидаром (воск и скипидар берутся в равных пропорциях). Бутылку поставьте в кастрюлю с горячей водой и, когда воск расплавится, несколько раз встряхните. Тонким слоем нанесите мастику на промытую с мылом и насухо вытертую мягкой тряпочкой поверхность, дайте постоять один-два дня, а затем натрите суконкой.

В ряде случаев большое значение имеет также и тот мате-

Дубовую мебель можно чистить теплым пивом. Чтобы придать поверхности глянец, надо протереть ее смесью, состоящей из стакана пива, чайной ложки сахарного песка и небольшого кусочка воска. Смесь доведите до кипения, немного остудите и нанесите теплый раствор на поверхность. Спустя некоторое время отполируйте шерстяной тряпочкой.



Поделилась своими способами и **Елена ЛЕОНОВА** из Твери.

Если у вас возникла необходимость приклеить отвалившийся деревянный элемент, будь то ножка или отделка, лучше всего воспользоваться столярным клеем. Он должен быть не очень густой, а перед работой его следует хорошо разогреть. С отломившейся детали тщательно счистите весь старый клей, соединяемые поверхности должны плотно примыкать друг к другу. Затем склеиваемые части намажьте тонким слоем горячего столярного клея, плотно прижмите и по возможности свяжите веревкой. В тех местах, где веревка касается наружной стороны мебели, лучше проложить кусочек картона или сложенную в несколько раз бумагу, чтобы не испортить дерево. Оставьте на сутки, затем аккуратно снимите веревку.

Скрипящие и заклинивающиеся ящики столов и комодов следует смазать в некоторых

нелакированные и неокрашенные части мебели тряпочкой, смоченной в растворе фтористого или кремнефтористого натрия (200-250 г на ведро воды). Раствор тщательно размешайте и остудите. Можно также смазывать их мастикой из 10 частей скипидара, 5 частей воска, 5 частей парафина и 3 частей креолина.

Для обработки уже поврежденной мебели и истребления личинок следует воспользоваться смесью из трех частей скипидара и одной части керосина. А вот если нужно обрабатывать шкафы и столы, в которых хранятся продукты, лучше использовать вазелиновое масло.

В тех случаях, когда отверстий немного, смесь вводится с помощью шприца или пипетки. В противном случае лучше несколько раз подряд промазать всю поверхность смоченной в этой жидкости кистью. Особенно следует обратить внимание на пазы и соединения деталей - места, где самки жуков обычно откладывают яйца.

Если вы вливаете жидкость в отверстия, то лучше закупорить их воском, парафином, замазкой, хлебным мякишем.

А ТЕПЕРЬ НОВЫЕ ВОПРОСЫ, ПРИСЛАННЫЕ В КЛУБ ВЗАИМОПОМОЩИ НАШИМИ ЧИТАТЕЛЯМИ

ром из 2 частей скипидара, 2 частей льняного масла, 1 части уксуса. Дубовую мебель чистите лоскутом сукна, смоченным водой либо пивом.

Если кто-то опрокинул флакон зеленки или чернил на светлый полированный стол, поверхность промокните, чтобы впиталась жидкость, а потом сотрите пятно обычным ластиком, который не портит полированную поверхность.

Утратившую вид полированную мебель, по мнению **Виктории ЗУЕВОЙ** из г. Братска Иркутской области, можно привести в порядок с помощью следующих составов.

мебели стали менее заметны, возьмите маленькую щеточку, смочите ее в слабом растворе йода и протрите царапину. Особенно этот способ подходит для дуба, ореха и красного дерева.

След от горячего предмета на полированном столе можно убрать, если протереть его полиролью или спиртом с растительным маслом.

Пыль и грязь с полированных поверхностей ни в коем случае не следует удалять мокрой тряпкой и вообще мочить водой. От этого лицевая отделка может потускнеть, а облицовочная фанера отслоится.

Небольшие вздутия на фа-

несколько раз встряхните. Тонким слоем нанесите мастику на промытую с мылом и насухо вытертую мягкой тряпочкой поверхность, дайте постоять один-два дня, а затем натрите суконкой.

В ряде случаев большое значение имеет также и тот материал, из которого сделана мебель. Например, изделия из красного дерева лучше всего протирать мягкой тряпочкой, смоченной репейным маслом.

А для освежения мебели из ореха протирайте ее смесью оливкового масла и сухого красного вина, а дав подсохнуть, тщательно отполируйте фланелью.

наружной стороны мебели, лучше проложить кусочек картона или сложенную в несколько раз бумагу, чтобы не испортить дерево. Оставьте на сутки, затем аккуратно снимите веревку.

Скрипящие и заклинивающиеся ящики столов и комодов следует смазать в некоторых местах мылом или нафталином либо присыпать тальком - они будут открываться легко и без скрипа.

А вот **Лидия БОГДАНОВА** из Санкт-Петербурга считает, что главные враги мебели все-таки жуки-точильщики.

Чтобы обезопасить себя от появления жуков, рекомендуется 1-2 раза в год протирать

Как лучше хранить кофе и чай, чтобы они не теряли аромата?

Анна НИКОНЕНКО.
Краснодар.

Поделитесь рецептами приготовления бобов.

Надежда НОРКИНА.
г. Нижний Тагил
Свердловской области.

ДОКТОР "КЛЕЙ"

В домашнем быту клей - вещь необходимая, и ему можно найти самое различное применение. Вот только несколько полезных советов, где первым помощником является обыкновенный клей.

Первый совет школьным учителям. Покройте тонким слоем конторского клея кусок мела - и... руки всегда будут чистыми.

* * *

Рост ребенка родители обычно отмечают на дверном косяке. Очень удобно для этой цели наклеить на стену у двери клеенчатый сантиметр.

* * *

Ветки вьющихся растений можно прикрепить к стенке липкой лентой.

* * *

Кружок корковой пробки, клей БФ-2, тонкий гвоздик - вот все, что потребуется для того, чтобы повесить фотографию, календарь, небольшой эстамп. Пробка с воткнутым в нее гвоздем приклеивается прямо на обои. Такой способ особенно пригодится тем, у кого в квартире бетонные стены.

Деревянная бельевая прищепка, наклеенная на внутреннюю сторону двери кухонного шкафа, может послужить удобной прихваткой для пакетов, салфеток и прочих мелочей.

* * *

Зеркало в ванной комнате обычно недолговечно: влага разрушает амальгаму. Оклейте зеркало по обрезу липкой лентой из пластика или (что лучше) обмажьте пластилином - это защитит амальгаму и надолго продлит срок службы зеркала.

* * *

Чтобы не портить паркет и линолеум, к ножкам стульев, кресел приклейте кусочки фетра, сукна или байки.

* * *

Порезанную ножом клеенку можно немедленно "подлечить", наклеив на место пореза с изнанки кусочек изоляционной ленты или лейкопластыря.

* * *

Оконное стекло станет матовым, если на него дважды нанести кистью смесь мелового порошка с силикатным клеем.

* * *

Предлагаем вашему вниманию один из способов крепления небольших картин, фотографий без сверления стены. К кусочку картона 50х50 мм прикрепите платяной крючок, а затем приклейте картон к стене хорошим клеем. Несколько таких крючков выдерживают тяжесть ковра средних размеров.

* * *

Коробки от молочных продуктов - отличные "кирпичи" для строительства внутренних перегородок, термоизолирующих обкладок стен. Их склеивают между собой бустилатом, а затем обклеивают газетами и обоями.

* * *

Надрыв, протертость шланга пылесоса легко ликвидировать, наложив на поврежденное место заплату из медицинского пластыря.

* * *

Чтобы аккуратно отклеить почтовую марку, нужно положить конверт между двумя кусками хлеба и прижать каким-нибудь грузом.

* * *

Летучие жидкости будут отлично сохраняться в любой емкости с завинчивающейся крышкой даже без пробки, если резьбу крышки смазать резиновым клеем.

* * *

Чтобы резиновый клей в флаконе не высыхал, советуем после каждого пользования ставить его вверх дном.

* * *

Если клеем приходится пользоваться часто, лучше заменить фабричную пробку соской-пустышкой.

* * *

Можно держать клей в старом медицинском шприце: и клеить удобно, и кисточка не нужна.

* * *

Если клей хранится в стеклянном флаконе, пробку будет полезно слегка смазать жиром - она не будет присыхать к горлышку.

* * *

Чтобы склеить детали более прочно, между соединительными поверхностями нужно распластать тонкий слой ваты.

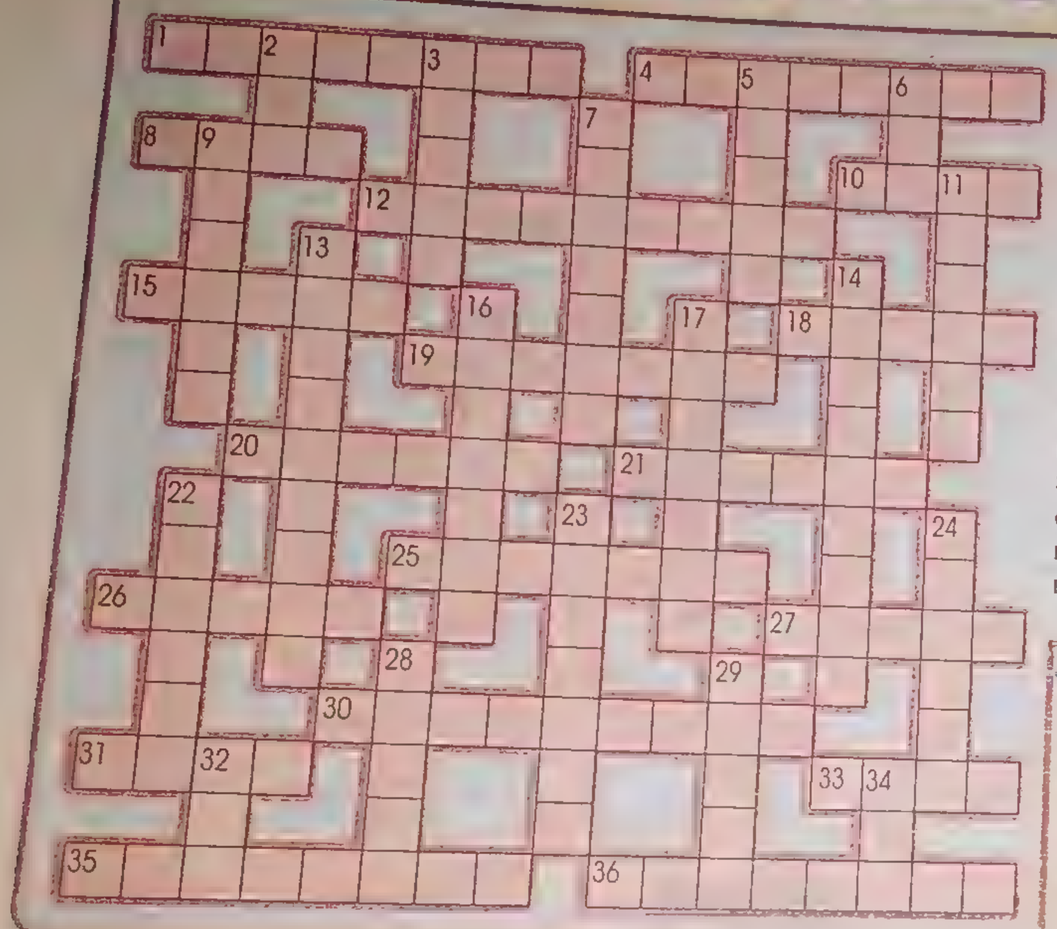
* * *

Силиконовый клей, если уж застыл на стекле, ничем не отдерешь. Попробуйте капнуть на него одеколоном, а потом поджечь. Клей размягчится и легко соскоблится со стекла.

Словом, хорошо иметь клей всегда под рукой. У него десятки столь нужных в быту "профессий".

Анатолий САФОНОВ.

СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ



ДЛЯ ЖЕНЩИН

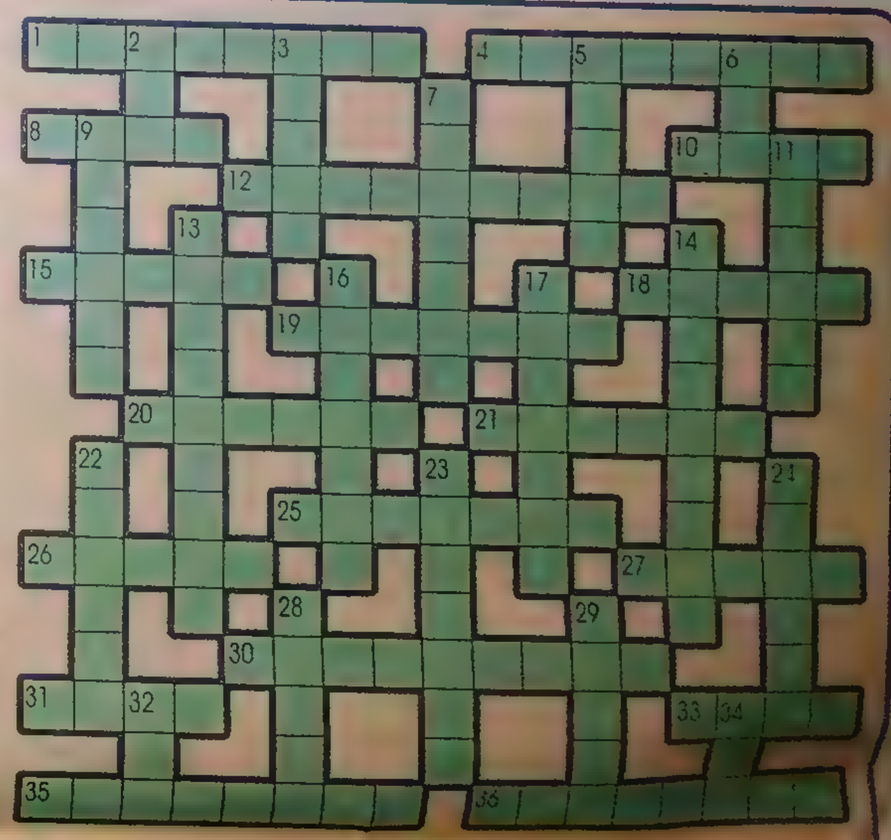
По горизонтали. 1. Платье в проекте. **4.** Память о прошлом, которую можно потрогать. **8.** Штатная мойщица рам из "Букварей" всех изданий. **10.** Допотопный однолюб. **12.** Дама со светлыми волосами. **15.** Стоимость невесты в баранах. **18.** Гордость тех, кто поет. **19.** Сладость сродни зефиру. **20.** И салат, и голливудская звезда. **21.** Она рождается в спорах и умирает в склоках. **25.** Незапланированное "приземление". **26.** Сосуд, в котором готовят настоящий кофе. **27.** Мини-парк для прогулок. **30.** Стелька с утолщением под средней частью стопы. **31.** Что не принято дарить на Новый год в Китае? **33.** Клятва безбрачия. **35.** "Четвертованная" варежка. **36.** Густая сладкая масса.

По вертикали. 2. Форма первого блина из расхожей поговорки. **3.** Тирольское пение. **5.** Жюли из детективного сериала. **6.** Анфас или профиль. **7.** "... не вечна, печаль не бесконечна" (поговорка). **9.** К нему идут венчаться. **11.** 21-я фортепьянная соната Л. Бетховена. **13.** Место, где бывает бесплатный сыр. **14.** Обувь для дам, у которых не хватает на колготки. **16.** Снадобье от Биттнера. **17.** Деталь одежды, убираемая из-за ненадобности на спину. **22.** Приятель жениха на свадьбе. **23.** Сорт фруктовой карамели. **24.** Мастерская по шитью одежды. **28.** То, что Остап Бендер советовал не делать из еды. **29.** Вид пушистой пряжи. **32.** Молочный продукт. **34.** Дискотека того века.

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 1. Мужчина - модель для рисования. **4.** Это все то, что остается у человека, когда все остальное забыто. **8.** Что Аристотель называл причиной и началом живого тела? **10.** Настольная игра. **12.** Игривость из дамского арсенала. **15.** Обычное место отсидки джинна, работающего по вызову. **18.** Место на голове, которое можно проесть, но нельзя пролить. **19.** Самый популярный в народе "питьевой" одеколон. **20.** Точка зрения, нередко искаженная его дефектами. **21.** Темп исполнения музыкальных произведений. **25.** Кресло-раскладушка. **26.** Обитательница египетской пирамиды. **27.** Молодой осел. **30.** Самый знаменитый из архангельских мужиков. **31.** Место встреч конспираторов. **33.** Конфета для избавления от молочных зубов. **35.** Часть автомобильного колеса. **36.** Короткая речь, выслушиваемая стоя перед тем, как надолго сесть.

По вертикали. 2. Музыкальный привет. **3.** Двухнедельный пес. **5.** Как на Руси называли проценты, полученные с денег, отданных в долг? **6.** Одно из двух, которыми любит женщина. **7.** Первый город, где были установлены светофоры. **9.** Потеря с концами. **11.** Длинноногая лампа. **13.** Состояние, ради которого и кушается водочка. **14.** Явно не умный спортсмен, если верить народной мудрости. **16.** Ученый, которому так и не дали точку опоры, хотя он очень просил. **17.** Дневной "перевал". **22.** Главный герой пьесы А.Н. Островского "На всякого мудреца довольно простоты". **23.** Обиходное название врача-окулиста. **24.** Брюки для великосветской верховой езды. **28.** Блатной коллега. **29.** Их строит тот, кто копает другому яму. **32.** Кого аборигены съели вместо кока, по мнению Владимира Высоцкого? **34.** Ямища вокруг крепости.



...кой пирамиды. **27**. Молодой осел. **30**. Самый знаменитый из архангельских мужиков. **31**. ...ездой. **28**. Блатной коллега. **29**. Их строит тот, кто копает другому яму. **32**. Кого аборигены съели вместо кока, по мнению Владимира Высоцкого? **34**. Ямища вокруг крепости.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. **1**. Эстрадная чечетка. **5**. Перерыв в работе в середине дня. **8**. Специальный ящик для содержания пчел. **9**. Условные знаки для секретного письма. **10**. Зарытые сокровища. **12**. У него на шее вакса, у него под носом клякса. **13**. Народное средство от изжоги. **16**. Что общего между пушкой и елкой? **19**. "Муха села на ..., вот и все стихотворенье". **20**. "Речная" часть одежды. **21**. Садовый цветник в виде замкнутой фигуры.

По вертикали. **2**. Одежда для занятий спортом. **3**. Сильная вьюга, снежная буря. **4**. Заяц, меняющий зимой окраску. **6**. Любимый медведь Маугли. **7**. Федор из Простоквашина. **10**. Орудие труда кучера. **11**. Возглас в телефонном разговоре. **13**. Рассудительная подруга Винни-Пуха. **14**. "Самая вкусная" защита от кариеса. **15**. Сказочный лилипут. **16**. Горючее вещество спички. **17**. Часть Вия, которая сама не поднималась. **18**. Огненное "желе" в вулкане.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)915-44-51
КРАСНОДАР И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
(8612)35-05-02

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 46

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. 1. Пампушка. 4. Гурченко. 8. Красота. 10. Выкуп. 11. Анион. 15. Завитушка. 17. Обед. 18. Лувр. 19. Супруг. 20. Зануда. 24. "Дюна". 25. Икра. 26. Купальник. 29. Опала. 32. Форте. 33. Диктант. 34. Нафталин. 35. Скорлупа.

По вертикали. 1. Приворот. 2. Петух. 3. Корж. 5. Уста. 6. Елена. 7. Оренбург. 9. Сюртук. 12. "Гамбринус". 13. Склонение. 14. Персона. 16. Кухарка. 21. Одеколон. 22. Талант. 23. Танкетка. 27. Флирт. 28. Посол. 30. Киви. 31. Внук.

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 1. Инстинкт. 4. Вереница. 8. Горючее. 10. Индус. 11. Турне. 15. Параллель. 17. Диод. 18. Пиво. 19. Обжора. 20. Багдад. 24. Торс. 25. Плот. 26. Прапорщик. 29. Арбуз. 32. Помпа. 33. Самбист. 34. Анаболик. 35. Минздрав.

По вертикали. 1. Ихтиандр. 2. Типун. 3. Клоп. 5. Елей. 6. Несун. 7. Агрессор. 9. Ювелир. 12. Калиостро. 13. Алкоголик. 14. Гоморра. 16. Миндаль. 21. Отставка. 22. Прораб. 23. Стаханов. 27. Зураб. 28. Сосед. 30. Пани. 31. Ясли.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Рогатка. 3. Наколка. 7. Инкубатор. 10. Лупа. 13. Лорд. 14. Зеркало. 15. Магнит. 16. Остров. 20. Леденец. 21. Ноль. 22. Утро. 25. Эскалатор. 26. Туполев. 27. Котенок.

По вертикали. 1. Рыбалка. 2. Тент. 4. Крот. 5. Аладдин. 6. Облако. 8. Спасатель. 9. Фотоохота. 11. Ленивец. 12. Кляссер. 17. Банкрот. 18. Неделя. 19. Двойник. 23. Осел. 24. Поэт.

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по развитию Валентин УПОЛОВНИКОВ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватели Таисия ЛЕБЕДЕВА, Алексей ТУМАНОВ.
Компьютерная верстка Ирины БУРСКОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Николая КАРДАКОВА, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ, Анны ЯНИНОЙ и ИТАР-ТАСС.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком (К), печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 185300 экз. Заказ № 47 Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 04.12.2002 г. в 19.00.
Подписано в печать 04.12.2002 г. в 17.00.

ДРУГ ДОМА

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

№2/258
2003
Январь

Выходит четыре раза в месяц

Я познакомилась с Евгением Киндиновым и его женой Галиной, актерами МХАТа, лет двадцать назад на выездном концерте в Обнинске. В антракте радушные хозяева пригласили нас в ресторан перекусить, но артисты отказались от общепитовских угощений. У них - своя еда, свои принципы питания. О них мы и беседуем сегодня с народным артистом Российской Федерации Евгением Арсеньевичем КИНДИНОВЫМ.

ДЕТИ ЛЮБЯТ ПОВКУСНЕЕ

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **500 рублей** каждому.

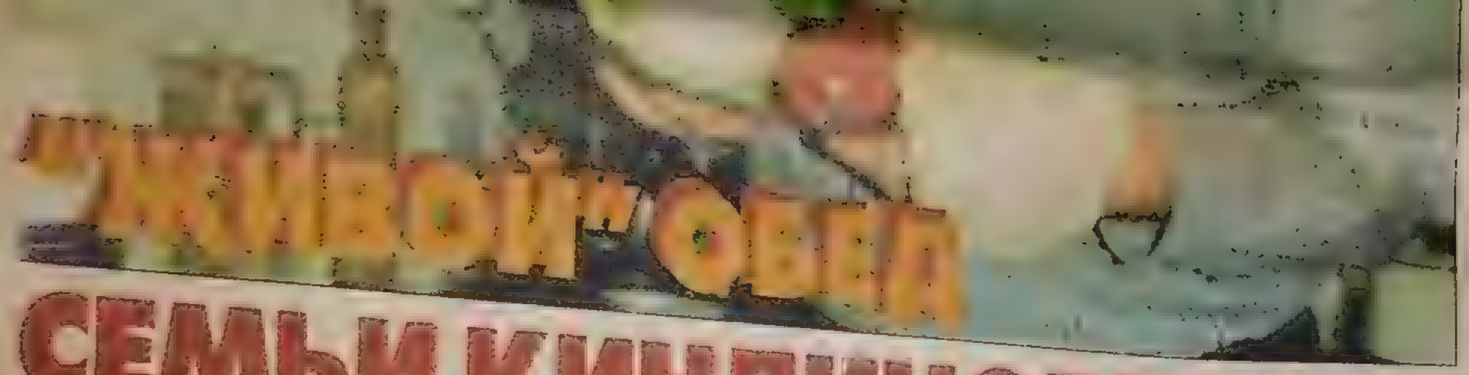
По итогам конкурсов в "Друге дома" № 1 приза удостоено "Меню для юных привереД", которое составила **Валентина Вениаминовна КУШНАРЬ** из г. Боготол Красноярского края. Приз получает также активная участница нашего Клуба взаимопомощи **Алла Михайловна КРИЦКАЯ** из Краснодара, научившая печь очень вкусные хачапури.

Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

ЗАПОЛНИШЬ АНКЕТУ - ПОЛУЧИШЬ ПРИЗ!

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**.



"Живой" обед семьи Киндиновых

- Какой же системы питания ты придерживаешься?

- В основе правильного питания - так свидетельствует мой личный опыт, который я никому не навязываю, - лежат три принципа: умеренность, предпочтение "живой" пищи (овощей, фруктов, как сырых, так и обработанных кулинарными способами), раздельное питание. Эти принципы так или иначе варьируются в разных диетах.

- Чем определяется умеренность в питании - количеством съеденной пищи, субъективным ощущением?

- У людей разное телосложение. Потому у каждого - свое ощущение переедания. Вставать из-за стола надо, как бы чуть-чуть не доев. Для худого человека поэтому нужно одно количество пищи, для высокого и полного - другое. Главное - чтобы не было ощущения "наелся от пуза".

- Что дает, с твоей точки зрения, "живая" пища, почему она так важна?

- Чтобы усвоить тяжелую пищу - животные жиры - требуется большое количество энергии. Мы ведь знаем, что большой кусок мяса переваривается четыре часа, а консервы - семь, после этого надо еще отдыхать. Поэтому, когда отказываешься от тяжелой пищи, ты не тратишь энергетику, а ее получаешь.

- Ты вообще вегетарианец?

- Я не строгий вегетарианец. Мясное позволяю себе раз в неделю, в десять дней. Стараюсь придерживаться наших православных постов.

- Ты считаешь, они организованы разумно с точки зрения медицины?

- Да, безусловно.

- А что дает собственно раздельное питание и что с чем надо разделять?

- Не есть картошку с мясом, хлеб с колбасой. Не сочетаются белки и углеводы, разные типы жиров, сладкое не сочетается с основным питанием.

- Сладкий чай или компот может быть десертом?

- Нет. То, что принято называть десертом, на самом деле - отдельная еда. Ее не надо соединять с обедом.

- Как часто надо есть? Нужно ли соблюдать какие-то строго определенные промежутки между приемами пищи?

- Это все очень индивидуально. Жесткие схемы подходят одним и совершенно противопоказаны другим. Лучший ориентир - чувство голода. Хочешь есть - ешь, нет аппетита - лучше воздержись.

- Почему ты так заинтересовался проблемами питания? Были какие-то неполадки со здоровьем?

- Испортил желудок, когда учился в школе-студии МХАТа. Студенческое питание способствует тому, чтобы человек задумался над этими проблемами.

- Как тебе удалось уговорить семейство следовать такому режиму?

- Уговаривать не пришлось. Еще в молодости мы естественным образом и с удовольствием перешли на принципы питания, о которых я сегодня рассказывал.

Беседу вела Анна ЯКОВЛЕВА.

ВОЛШЕБНАЯ НИТОЧКА

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло и его очередное приложение "Волшебная ниточка". В этом сборнике любители рукоделия найдут схемы различных вязаний, узнают, как переделать старое пальто, украсить окна новыми шторами и многое другое.

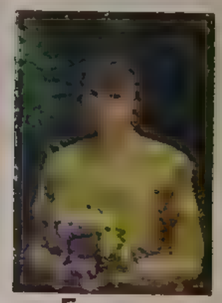
Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции.

Надежда Тихоновна ОСЫКО с внучкой Олей

Проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**.

Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном случае - до 3 февраля 2003 года**. Дату будем определять по почтовому штемпелю. Если есть желание, присылайте свои фотографии.

Татьяна ГЕТМАН



Евгения ГАНЕБНЫХ

По итогам розыгрыша анкет из **"Друга дома" № 4 за прошлый год** в счастливую дюжину попали **Елена Александровна АНДРЮШЕНКО** из Элисты, **Наталья Викторовна ГАЛКИНА** из г. Люберцы Московской области, **Евгения Валерьевна ГАНЕБНЫХ** из Екатеринбурга, **Татьяна Олеговна ГЕТМАН** из г. Новочеркасск Ростовской области, **Ольга Алексеевна ГРИГОРЬЕВА** из Санкт-Петербурга, **Наталья Анатольевна КОБЛОВА** из пос. Красный Гуляй Ульяновской области, **Юрий Александрович МАТВЕЕВ** из Тулы, **Надежда Тихоновна ОСЫКО** из с. Натальино Московской области, **Елена Геннадьевна ПАЗЕЙ** из Уфы, **Мария Владимировна ПЕРЕЩ** из пос. Кочкома, Карелия, **Наталья Петровна РУССКИХ** из Воронежа и **Татьяна Владимировна СЕМЕНОВА** из Владивостока.

Юрий МАТВЕЕВ

Елена ПАЗЕЙ

Мария ПЕРЕЩ

Поздравляем победителей!

"Друг дома" № 2

Фамилия, имя, отчество_____

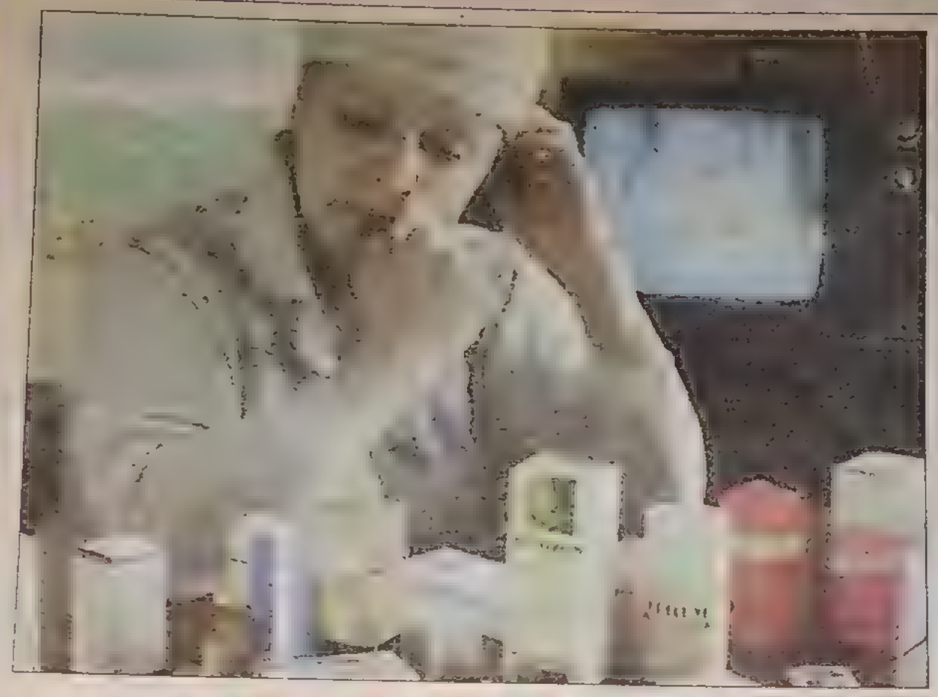
Домашний адрес_____

Хочу спросить у "Друга дома" о... _____

"Друг дома" выписываю; покупаю регулярно; от случая к случаю; крайне редко; этот номер первый
(нужное подчеркнуть).

Чтобы принять участие в розыгрыше призов, ответы необходимо отправить до 03.02.2003 г.

В КРУГУ СЕМЬИ



Я ТАКАЯ БОЛЕЗНЕННАЯ

- Не везет мне в жизни, - рассказывала Вероника. - Сколько себя помню - все время болею чем-то. Не одно, так другое. Помню, только в детский садик начала ходить - сразу диатез, чуть что не то съем - сыпью покрываюсь, мама со мной помучилась и решила нанять няню, чтобы диета была специальная. А в школу пошла - ангины и бронхиты замучили. Причем, что самое неприятное, перед какой-нибудь ответственной контрольной я обязательно заболевала... Поэтому училась я, можно сказать, в свободное от болячек время.

Конечно, не очень приятно было постоянно в постели лежать, подружки во дворе гуляют, а я только из окна на них смотрю. Если бы не помощь родителей, я бы, наверное, просто от тоски выла. Но и мама, и папа, приходя с работы уставшими, обязательно уделяли мне внимание во время болезни - садились со мной на кровать, разговаривали, жалели, пересказывали интересные книжки или рассказывали о своем детстве. Очень мне нравились такие разговоры... А мама обязательно готовила мои любимые блюда. Я вот сейчас думаю - и когда она только все успевала? Но зато я твердо знала - да, болеть - это неприятно, но весь вечер мне будут уделять внимание и кормить вкусненьким...

Школу я все-таки закончила хорошо. Учителя пошли навстречу. Ну у кого поднимется рука поставить плохую оценку умненькой, но слабенькой и вечно болеющей девочке? В институте было примерно то же самое: хоть и поступила легко, но пришлось перевестись на заочное отделение - там было проще учиться, можно было не ходить на занятия, а подготовиться к сессии я успевала в периоды между болезнями. Они, кстати, становились со временем все разнообразнее - то с легкими что-то, то с почками, а потом и сердце стало пошаливать. Особенно меня доконали эти болезни, когда устроилась на работу. Умудрилась в первую же неделю попасть в больницу... На меня уже косо посматривали, и тогда я стала ходить на работу больная - напьюсь таблеток и терплю до конца рабочего дня.

К кому только не обращалась - и к всевозможным врачам, и даже к экстрасенсам, а однажды мама отвезла меня к бабке, которая порчу снимает. После этих посещений мне на какое-то время становилось лучше, и я уже было радовалась, что все кончилось. Но потом все возвращалось на круги своя, и я опять впадала в отчаяние...

И вот недавно познакомилась с Алешей. Влюбилась в него буквально с первого взгляда, да и я ему приглянулась. Мы стали встречаться, и я просто молила Бога, чтобы не заболеть в самый разгар романа. Ведь я буквально каждый вечер ждала с таким нетерпением, что, казалось, готова отдать все что угодно, лишь бы увидеть любимого... Мы встречались почти год, и, самое удивительное, что я весь год была здорова. Уже была готова поверить в чудо, как вдруг Алексей разорвал наши отношения. Я не понимала, что произошло. Только собралась с ним поговорить, выяснить, что же случилось, как тут-то меня словно подкосило... С сильными болями меня увезли в больницу. Причем никак не могли поставить диагноз. Кто только уж не смотрел, даже консилиумы устраивали, лечили непонятно от чего почти месяц. Вроде стало получше, вот недавно выписалась, приехала домой. На прощание старенький доктор посоветовал мне обратиться к психотерапевту и произнес непонятное слово "психосоматика". Может, и вправду все мои болезни от того, что у меня что-то с головой не так?

То, что Вероника постоянно болеет, действительно, скорее всего, имеет психологическое объяснение. Для человека подобные уходы в болезнь - один из способов психологической защиты от стресса. Причем болезни являются не мнимыми, а настоящими, это ни в коей мере не симуляция. Просто таким образом некоторые люди взаимодействуют с окружающим миром.

Болезнь в данном случае является следствием скрытых стрессов, неумения выйти из ситуации, принять решение либо совершить какой-то поступок или просто желанием избежать чего-то неприятного или пугающего (как, например, в случае контрольных работ в школе). Обычно этому подвержены люди нерешительные, не способные взять на себя ответственность за свою жизнь, считающие, что в их жизни все зависит от обстоятельств или действий других людей.

Окружающие люди (особенно родные и близкие) очень часто потакают страдающим, во время болезней сочувствуют, ухаживают, проявляют внимание, иногда решают за них какие-то проблемы. В случае с Вероникой - это были задушевные беседы с родителями, усиленное внимание именно во время болезни, вкусные и любимые блюда, которые готовились только для нее, поблажки со стороны учителей. Благодаря такой постоянной поддержке у женщины непроизвольно выработался навык - когда мне трудно или плохо, я могу заболеть, меня пожалеют, приласкают, и при этом могу не делать то, что мне неприятно или не хочется, то есть не решать каких-то проблем.

Можно ли избавиться от подобного ухода в болезнь и стать здоровой? Подобные реакции ослабевают, если человек их осознает. Осознав и поняв это, он должен искать другие пути выхода из неприятных или стрессовых ситуаций, попробовать другие способы получить внимание и заботу. То есть, в конечном счете, взять на себя ответственность за свою жизнь.

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.

серьезным, непьющим, ребенок

называется, пропустить

уделяли мне внимание во время болезни - садились со мной на кровать, разговаривали, жалели, пересказывали интересные книжки или рассказывали о своем детстве. Очень мне

институте было примерно то же самое: хоть и поступила легко, но пришлось перевестись на заочное отделение - там было проще учиться, можно было не ходить на занятия, а подгото-

К кому только не обращалась - и к всевозможным врачам, и даже к экстрасенсам, а однажды мама отвезла меня к бабке, которая порчу снимает. После этих посещений мне на

защиты от стресса. Причем болезни являются не мнимыми, а настоящими, это ни в коей мере не симуляция. Просто таким образом некоторые люди взаимодействуют с окружающим миром.

другие способы получить внимание и заботу. То есть, в конечном счете, взять на себя ответственность за свою жизнь.

Алла ПОВОЛЯЕВА, психолог.

ЗОВУТ ЕГО "ОТСТАНЬ"...

Сейчас дети часто ни во что не ставят родителей. Как добиться того, чтобы ребенок уважал отца, брал с него пример?

Сергей Т. Казань.

Конечно, можно обойтись штампами. Мол, надо вести себя достойно, надо во всем подавать пример... Но, как ни странно, именно за это ребенок не обязательно будет уважать отца. Основа уважения и взаимопонимания - обратная связь.

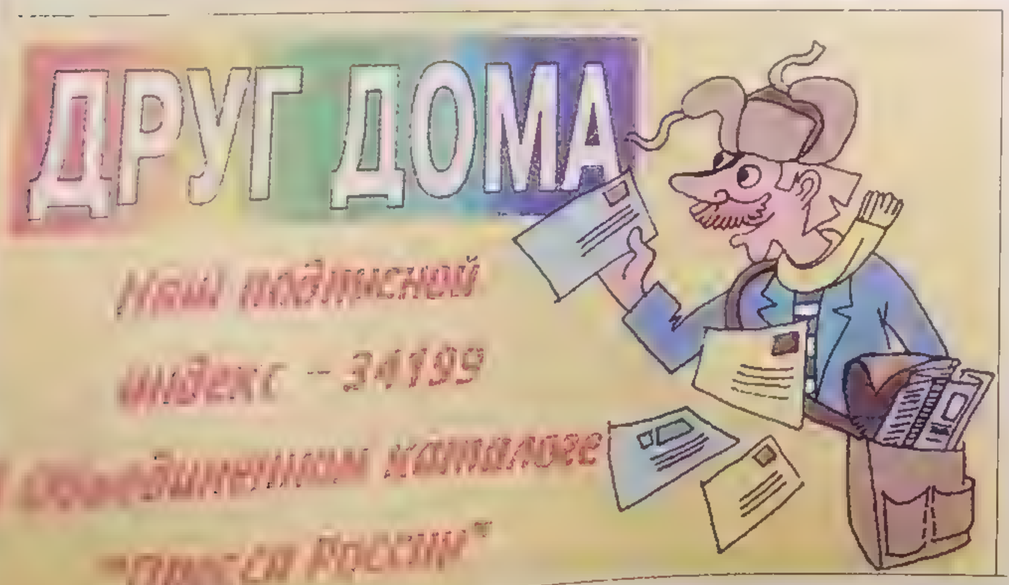
Есть такой анекдот: человек, вспоминая свое детство, говорит, что лет до десяти был уверен, что "отвяжись" - его второе имя. Именно по такому типу и строят отношения с детьми многие отцы. Воспитанием ребенка занимается мать, она же возит его по кружкам, секциям и театрам, а функции отца сводятся к проверке дневника. С самого раннего детства ребенок слышит: "Отстань", "Я занят", "Я устал", "У меня дела". Таким образом, обратной связи "отец - ребенок" не возникает. Так что, если ребенок подходит к вам с вопросом, с каким-то делом, не гоните его; даже если вы устали после работы или чем-то заняты, обязательно скажите: "Давай чуть позже. Я сейчас отдохну (закончу работу), и мы с тобой поиграем или почитаем".

Ребенку должно быть интересно с отцом. Ведь каким бы ни был отец абстрактно хорошим, серьезным, непьющим, ребенок 3-5 лет эти качества не осознает; а вот выпивающего, "никчемного", по мнению мамы, папу-подкаблучника ребенок будет обожать за то, что он интересно рассказывает сказки и вырезает из картона солдатиков. Старайтесь дать ребенку то, что не дает ему мать: катайте на плечах, выбирайте вместе с ним машинки, в которых мама не разбирается, постройте вдвоем плот или будку для Дружка. Заведите какое-нибудь общее дело. Ведь при том, что, даже если мать уделяет воспитанию ребенка больше времени, да и просто чаще бывает с ним (по тем же кружкам-секциям ходит), общего дела у них зачастую не находится. Например, хомячок в клетке для матери - просто детская забава; она не будет считать его своим. А вот для папы с ребенком он станет связующим звеном: они вместе будут ходить в магазин за кормом для него, чистить клетку...

Отец должен быть понятен ребенку. Причем не "трудовой доблестью", а чем-то таким, что человечек в 3-5 лет мог бы, что называется, пропустить через свое восприятие мира. Например, "у папы есть ружье, он умеет стрелять" - хобби отца (охота) вполне понятно малышу, а то, что он посредственный инженер в заштатном "НИИ шараш-монтаж", для ребенка не важно. Зато у Васиного папы ружья нет, а у его - есть! Вот вам и гордость за отца. Проще, если профессия отца имеет прикладное объяснение, опять-таки понятное малышу: "папа лечит зверюшек, как доктор Айболит", "папа строит дома, чтобы у всех было где жить", "папа делает книжки, чтобы дети и взрослые их читали". Понятно, что речь идет о профессиях ветеринара, строителя и работника типографии или издательства. Так ребенок, который изначально стремится подражать, будет играть в папину профессию, фактически - брать с него пример.

Кстати, о примере. Один мой коллега, врач-хирург, совершил интересный педагогический ход: три дня брал с собой в больницу 13-летнего сына. Таскал он его с собой и на планерку, и на обход, и по кабинетам коллег-врачей, решал какие-то рабочие вопросы, "разносил" медсестер и даже, "намыв" и облачив в костюм, взял с собой в операционную, посадил в углу и не велел, как он выразился, "даже дышать громко". Теперь у сына с ним, что называется, полный контакт, паренек (сейчас ему 15) отца обожает и другой профессии, кроме "врачом, как папа", для себя не представляет.

Марина ЛЬВОВА, психолог.



Часто говорят, например, об актрисах - "она очень сексапильна". А что это такое, объясните, пожалуйста. Сексуальность и сексапильность - это одно и то же?

Юля К., 19 лет. Тверь.

На этот вопрос отвечает психолог Сергей Юрьевич КЛЮЧНИКОВ.

Рисунок Василия АЛЕКСАНДРОВА

СЕКСАПИЛЬНАЯ ИЛИ СЕКСУАЛЬНАЯ?

- Сексапильность - это то, как вы воспринимаетесь другими людьми, ваша внешняя привлекательность. Или, иначе говоря, - это красивая упаковка. И неизвестно еще, что за ней скрывается.

Красивых женщин мужчины сами наделяют в своем воображении яркой сексуальностью. И часто впоследствии разочаровываются. Ведь далеко не каждая красавица на самом деле сексуальна. Еще Пушкин справедливо заметил, что красавиц недоступ-

черкнет вашу неповторимую индивидуальность, поможет мужчине заметить только ваши достоинства.

Прическа. Мужчину больше всего "подогревает" разнообразие вашего имиджа. Меняйте прическу как можно чаще.

Одежда. Ведущие журналы провели специальные исследования, чтобы выяснить, какой стиль женской одежды больше по нраву мужчинам. Победу одержал утонченно-изысканный стиль, который подчеркивает женственность. Старайтесь отыскать свой соб-

она следит за собой, старается выглядеть как можно лучше, что рано или поздно привлечет к ней поклонников. Если дама махнула на себя рукой, это обязательно отразится и на ее внешнем виде, и на настроении. Вряд ли кого-то заденет за живое унылый вид и тоскливый взгляд.

Сексуальность - это способность испытывать яркие эротические переживания. Как женщине самой определить, сексуальна ли она?

Каждая женщина на самом деле прекрасно знает ответ на этот вопрос. Другое дело, что есть не разбуженные любовницы, которым не везло с партнерами, или дамы с низкой самооценкой. Если же вы затрудняетесь самостоятельно оценить собственную сексуальность, протестируйте себя, ответив на следующие вопросы.

Трудно ли вам переносить периоды вынужденного сексуального одиночества?

Тянет ли вас на сексуальные подвиги, выносливы ли вы в постели?

Любите ли экспериментировать в сексе?

Прибегаете ли к эротическому самомассажу?

Часто ли испытываете оргазм?

Если вы ответили положительно на все вопросы, значит, у вас сильная половая конституция и вы страстная любовница.

Впрочем, в каждом из нас от природы заложены неиссякаемые ресур-

ЕМУ НАДО ПОМОЧЬ

Последнее время мой муж часто задерживается, постоянно раздражен, отказывается от секса под разными предлогами. Неужели он завел любовницу? И как это узнать?

Д. Москва.

Прежде всего не думайте о плохом: никакой любовницы, думаю, нет. А и была бы - не стал бы он так "светиться": ворчать, от секса увиливать. Вообще мужчины, "вильнувшие налево", словно пытаясь загладить свою вину, начинают оказывать женам подчеркнутое внимание. Так что проблема, скорее всего, в другом.

Сексуальная функция мужчины - вещь довольно тонкая. "Сбить настрой", особенно лет после 35-40, может что угодно: лишняя рюмка, неосторожно брошенное слово, неприятности на работе. Да в конце концов, банальный геморрой! Так что поговорите с мужем откровенно, только очень, очень тактично и деликатно. Может, у него проблемы с начальством, может, его хотят "сократить". А в некоторых вопросах мужики и вовсе как дети: если у него возникают проблемы в половой сфере, он скорее умрет, чем пойдет к доктору или признается в этом любимой женщине.

Так что проблема не в том, что он свою "мужскую силу" тратит на стороне, а в том, что по той или иной причине не может ее с вами реализовать.

САМА ВИНОВАТА

...и неизвестно еще, что за ней скрывается.

Красивых женщин мужчины сами наделяют в своем воображении яркой сексуальностью. И часто впоследствии разочаровываются. Ведь далеко не всякая красавица на самом деле сексуальна. Еще Пушкин справедливо заметил: "Я знал красавиц недоступных, холодных, чистых, как зима". Поэтому, если вы выглядите чересчур ярко, привлекая к себе поклонников, а на самом деле не заинтересованы в новых знакомствах, вы будете создавать себе проблемы, ведь к вам будут тянуться совсем не те, кто действительно нужен.

В жизни нередко бывает, что скромная на вид женщина внешне не воспринимается особенно сексуальной, но в постели она - настоящая секс-бомба. И, кстати, по контрасту это действует на мужчину очень сильно.

Но все же лучше, чтобы внешний вид соответствовал внутреннему содержанию. Если не уделять никакого внимания своей внешности, можно надолго остаться невостребованной, отпугнуть возможных сексуальных партнеров. А это, в свою очередь, может привести к развитию комплексов. Поэтому надо стремиться к гармонии. Реальность такова, что мужчина сначала обращает внимание на то, как вы выглядите, и только потом, возможно, оценит ваш богатый внутренний мир. А никак не наоборот.

Вот каковы внешние слагаемые сексапильности.

Косметика. Правильное пользование косметическими средствами подчеркнет ваши достоинства.

Прическа. Мужчину больше всего "подогревает" разнообразие вашего имиджа. Меняйте прическу как можно чаще.

Одежда. Ведущие журналы провели специальные исследования, чтобы выяснить, какой стиль женской одежды больше по нраву мужчинам. Победу одержал утонченно-изысканный стиль, который подчеркивает женственность.

Аромат. Сумейте отыскать свой собственный неповторимый запах, который служил бы вашей визитной карточкой и по-настоящему "заводил" бы вашего любимого.

Украшения. Искусно подобранные ювелирные изделия дополнительно привлекут внимание к вашему лицу, завершат ваш романтический образ.

Красоту и модную одежду вполне может заменить обаяние, умение подать себя, мягкие голосовые интонации. Ни с чем не сравнимый магнит для мужчин - это женщина, излучающая счастье. Сияющая улыбка вызовет у него более сильную ответную реакцию, чем самая дорогая косметика.

Как женщине понять, сексапильна ли она?

Если на вас оглядываются на улице мужчины, если нет отбоя от поклонников, которые атакуют на каждом шагу, значит, вы, без сомнения, сексапильная женщина. Если представители сильного пола на вас не реагируют, значит, надо работать над собой, чтобы стать привлекательнее. Попробуйте отыскать в себе "изюминку". Напишите список своих достоинств и постоянно перечитывайте его. Искренне поверьте в то, что вы обаятельная и привлекательная. Полюбите себя и свое тело. Ведь известно, что если женщина себя любит, то ги, выносливы ли вы в постели?

Любите ли экспериментировать в сексе?

Прибегаете ли к эротическому самомассажу?

Часто ли испытываете оргазм?

Если вы ответили положительно на все вопросы, значит, у вас сильная половая конституция и вы страстная любовница.

Впрочем, в каждом из нас от природы заложены неиссякаемые ресурсы сексуальности. К сожалению, часто они подавлены стрессами, усталостью, комплексами, неуверенностью в себе, слабым здоровьем. Увы, наши сексуальные возможности не всегда реализуются полностью, а спящий вулкан страсти нередко извергается только в эротических снах.

Если вы решили повысить уровень своей сексуальности, начните с укрепления здоровья, научитесь мыслить позитивно, освойте искусство расслабления. Не забывайте, что любовь и сексуальность - это творчество. Поэтому все время надо искать, экспериментировать. Не относитесь к телесной любви, как к рутинному занятию вроде ежедневной чистки зубов. Во время сексуальных игр ваше воображение должно работать на полную катушку. Расскажите, например, своему партнеру о своих смелых эротических фантазиях. Это дополнительно "заведет" его. Забудьте о стыде, о недостатках своего тела.

Игра стоит свеч, ведь полноценный секс укрепляет здоровье, омолаживает, повышает уверенность в себе, дарит ни с чем не сравнимую радость, наполняет жизнь счастьем.

Записала Наталия МАКСИМОВА.

САМА ВИНОВАТА

После родов муж потерял ко мне интерес. Целыми днями пропадает на работе, не "хочет" меня. А ведь раньше мы с ним занимались любовью каждый день...

Ольга. Краснодар.

Прежде всего в сложившейся ситуации виноваты вы сами. Беда ваша достаточно типична: родив ребенка, женщина зацикливается на нем. А мужу перестает уделять внимание. И естественно, что он ревнует. Пусть неосознанно, но все-таки. Раньше он приходил с работы и его встречали ужином, поцелуем и разговорами о нем, любимом. А теперь с порога - в одну руку утюг, в другую пеленку: "Иди гладь!" И не надо сваливать все на мужской эгоизм. Просто ему кажется, что как мужчина он вам стал неинтересен. Уделяйте ему побольше внимания, разговаривайте с ним, вникайте в его проблемы.

В первые месяцы после родов либидо женщины действительно может понизиться. Но все равно это не повод, чтобы отказывать мужу в интимной близости. Другой вопрос - вам же никто не мешает поговорить с ним и сказать, что вы очень устаете с малышом. Если он вас любит, то наверняка поможет, и с радостью.

Кстати, о его задержках на работе. Вполне возможно, что он теперь хочет побольше заработать, берет сверхурочные, чтобы и вы, и ребенок ни в чем не нуждались. И устает, естественно. Вот ему и не до секса. В этом случае как раз наоборот: стоит освободить его от части домашних обязанностей. Так он ощутит себя "добытчиком", человеком, которого ценят в семье. И соответственно будет меньше ревновать вас к ребенку.

Марина ЛЬВОВА, психолог.

НЕ СТОИТ МУЧИТЬСЯ

Мы с подругой решили заниматься сексом по Камасутре. Но большинство позиций, которые мы пробовали, ничем по ощущениям друг от друга не отличаются. Почему? Зачем тогда эти позы выдуманы?

Иван А. Калуга.

Во-первых, у вас, возможно, произошла подмена понятий. Вместо того чтобы получать от секса удовольствие, вы отнеслись к нему, как к выполнению производственного плана: попробовать все позы. Во-вторых, то, что у нас издается под видом "индийской науки любви", весьма и весьма урезанный вариант. Камасутра - не сексуальное пособие, а сложное философское учение об отношениях мужчины и женщины, в котором секс играет значительную, но все же не ведущую роль. Например, многое зависит от возраста, телосложения партнеров, их диеты, от региона проживания, места рождения и даже фаз Луны в день сношения.

Вообще "базовых", если можно так выразиться, сексуальных позиций не так уж много, а полтораста "изысков", перечисленных во всяких восточных "пособиях", - всего лишь производные от них.

Михаил СЕМЕНОВ, кандидат медицинских наук.

Как-то одна из моих знакомых при встрече жизнерадостно сообщила, что врачи нашли у нее ишемию и, улыбаясь, прибавила: "Не инфаркт же". При этом никакой тревоги в голосе и озабоченности за состояние собственного здоровья. Насколько серьезен такой диагноз, я попросила рассказать кандидата медицинских наук кардиолога Римму Владимировну ГОЛИКОВУ.

ДИАГНОЗ - ИШЕМИЯ

- Давайте вначале разберемся, что означает само это слово. В переводе с греческого языка - "задерживаю, останавливаю кровь". Теперь нетрудно представить, что происходит, если сужается или совсем закрывается просвет сосуда, питающего кровью тот или иной орган либо его участок. Как раз при резкой и длительной ишемии и происходит инфаркт.

- Значит ли это, что человек, которому поставлен диагноз ишемия, обречен?

- Отнюдь. Здесь немалую роль играют факторы риска: наследственность, гипертония, повышенное содержание холестерина в крови (атеросклероз), малоподвижный образ жизни, ожирение, стрессы и т.п. Кроме того, ишемия в более широком смысле - это стенокардия, острая сердечная недостаточность, кардиосклероз - склероз коронарных сосудов и другие заболевания такого же ряда.

- Римма Владимировна, в последние годы участились инфаркты у мужчин довольно молодого возраста, при этом заболевание у них протекает с тяжелыми осложнениями, с сердечной недостаточностью. С чем это связано?

- В пожилом возрасте как у мужчин, так и у женщин сердце

чины, болеют намного реже их?

- Потому что они гормонально защищены от инфарктов. А вот в климактерический период инфаркты у женщин встречаются чаще. В это время каждая из них должна обратиться к врачу-гинекологу, который определит возможность и необходимость гормональной заместительной терапии.

- Можно ли отличить приступ стенокардии от инфаркта?

- Характерный признак стенокардии - сильная сжимающая, давящая боль в грудной области, иногда отдающая в левую руку, лопатку, подложечную область. Такие же признаки наблюдаются и при инфаркте. Но приступ стенокардии длится пять-десять минут и, как правило, проходит после приема нитропрепаратов. Если же спустя 15 минут после приема больным валокордина, корвалола, валидола при полном покое боль не стихает, значит, это не стенокардия, а, возможно, инфаркт.

Только кардиограмма покажет - инфаркт это или боли возникают по другой причине. Чтобы не было сомнений, на руку больного надевается монитор, записывающий кардиограмму в течение суток.

Хочу особо обратить внима-

мо сразу обратиться к врачу и сердечные препараты принимать только по его назначению и под контролем.

Нередко после инфаркта стенокардия плохо поддается лечению, тогда на помощь приходят хирургические методы - шунтирование, балонирование. Но только по результатам исследований можно решить, на чем следует остановиться.

- Римма Владимировна, насколько опасны для больных сердцебиения?

- Опасна не сама по себе аритмия, а частые переходы от одного ритма к другому. Это может привести к инфаркту, тромбозу, эмболии мозга, легких.

Из-за простой аритмии не следует паниковать и тем самым усиливать сердцебиение. Аритмию можно быстро снять с помощью анаприлина и восстановить нормальный ритм сердца. Но и этот, и другие препараты нужно применять по назначению врача и в каждом отдельном случае строго индивидуально.

Не опасна аритмия и тем больным, у которых большое предсердие.

Не всегда аритмия - результат ишемической болезни. Причиной может быть и нарушение функции щитовидной же-

КАК ПИТАТЬСЯ НА РАБОТЕ?

Как же питается современный человек на работе? Да, вы правы - как попало и с психоэнергетической точки зрения плохо.

Кто пьет чай с бутербродом между делом у компьютера, особо не вникая, сладкий ли чай и с чем бутерброд, кто обедает в шумном прокуренном кафе. Бывает и так, что обед поглощается вместе с жалобами коллеги на начальника или идеями о новом проекте.

как пища не перерабатывается в полезную энергетику и под давлением отрицательной энергии трансформируется в жир и шлаки. Поэтому, когда вы питаетесь в перерыве рабочего дня, помните следующее:

- Забудьте на время о работе. Отбросьте все

в последние годы участились инфаркты у мужчин довольно молодого возраста, при этом заболевание у них протекает с тяжелыми осложнениями, с сердечной недостаточностью. С чем это связано?

- В пожилом возрасте как у мужчин, так и у женщин сердце постепенно "привыкает" к органическим изменениям, и в частности к сужению сосудов, и в стрессовых ситуациях способно справляться с нервными нагрузками - включает свои резервы. А молодое сердце мужчин еще не подготовлено к сильным переживаниям и нагрузкам. "Виноваты", кроме того, бешеный ритм жизни, большие физические нагрузки, годы курения, алкоголь, большой вес и другое.

- Почему же женщины такого же возраста, что и муж-

стихает, значит, это не стенокардия, а, возможно, инфаркт.

Только кардиограмма покажет - инфаркт это или боли возникают по другой причине. Чтобы не было сомнений, на руку больного надевается монитор, записывающий кардиограмму в течение суток.

Хочу особо обратить внимание на такой широко известный препарат, как нитроглицерин. Запомните, если кому-то на улице или в транспорте стало плохо, нельзя давать нитроглицерин, не выяснив, принимал ли он его раньше. Ведь неизвестно, какая будет реакция. Человек может потерять сознание. Безопаснее предложить таблетку валидола под язык.

Иногда бывают нетипичные боли: отдают в живот, шею, носят непостоянный характер, вызывают неприятные ощущения. В любом случае необходи-

назначению врача и в каждом отдельном случае строго индивидуально.

Не опасна аритмия и тем больным, у которых большое предсердие.

Не всегда аритмия - результат ишемической болезни. Причиной может быть и нарушение функции щитовидной железы.

А профилактика? Все та же: соблюдать режим работы, не переутомляться, не переедать, бросить курить, не злоупотреблять алкоголем, заниматься спортом, побольше ходить пешком, правильно планировать отдых - чередовать тяжелые нагрузки с легкими, не есть за три-четыре часа до сна, стараться избегать стрессов, научиться управлять своими эмоциями.

Беседу вела Евгения ПЕНОВА.

...как попало и с психоэнергетической точки зрения плохо.

Кто пьет чай с бутербродом *между делом у компьютера, особо не вникая, сладкий ли чай и с* чем бутерброд, кто обедает в шумном прокуренном кафе. Бывает и так, что обед поглощается вместе с жалобами коллеги на начальника или идеями о новом проекте.

Конечно же такая психоэнергетическая атмосфера приема пищи далека от идеальной. Что происходит, когда на работе еда перемешивается с отрицательными эмоциями?

Если вы не воспринимаете вкус салата из-за возбужденной беседы с коллегой или мысли о неудачной сделке, это нарушает работу желудочно-кишечного тракта. В такой психоэмоциональной ситуации обед превращается в слепое поглощение пищи, а в бессознательном человека закрепляется невротическая привычка переедать. Это происходит потому, что после такой трапезы человек не чувствует, что наелся.

У нервно-озабоченного человека пища плохо переваривается, поэтому он жиреет, а энергетические каналы блокируются, так *как пища не перерабатывается в полезную энергетику и под давлением отрицательной энергии* трансформируется в жир и шлаки. Поэтому, когда вы питаетесь в перерыве рабочего дня, помните следующее:

- Забудьте на время обеда о работе. Отбросьте весь психоэмоциональный фон - мысли, чувства, связанные с ней.

- Настройтесь на процесс приема пищи и на саму пищу (эстетика сервировки, вкусовые качества и т.п.).

- Во время приема пищи представьте, как она, попадая в ваш организм, превращается в полезную тонкую энергию. Эта энергия подпитывает каждую клеточку вашего организма, наполняя силой и бодростью.

Помните: в питании главное - не пища, а ваш психологический настрой. Иногда стопроцентная натуральная пища может быть губительной для вас, если вы едите ее на фоне таких чувств, как гнев, злость, тревога и т.п.

Андрей САРАКУЛ, психоаналитик.

Практика показала, что болгары эффективно лечат или смягчают последствия гипертонической болезни с помощью обыкновенной герани, растущей как в домашних условиях, так и в природе.

Профессор Венета Живкова из Софии испытывала действие герани на себе самой в течение многих лет и почувствовала, как она утверждает, тройное облегчение. Лекарство, изготовленное дома, не мешает принимать другие медицинские препараты, оно абсолютно не аллергично. Приготовить настойку из герани в домашних условиях очень просто.

Берутся листья и тонкие стебли от герани, которая цветет в Болгарии в мае и июне, а в России может цвести чуть позже. Но использовать растения для приготовления домашнего лекарства можно и потом. Сорванные стебли и листья сушат, нарезают на мелкие доли.

Две столовые ложки полученной травы заливают 500 граммами кипятка. Настаивают смесь час. Потом ее следует процедить через ситечко и разделить на три части. Принимается настойка перед едой, три раза в день. Лечение продолжается в течение месяца, потом следует сделать перерыв на 10 дней. Затем все можно начинать сначала.

Александр КУРБАТОВ.

ВСЕ БЕЗ СОЛИ

Чем кормить подростка, если у него нет одной почки?

Татьяна ДЫДОЧКИНА. г. Ковылкино, Мордовия.

Обычно при заболеваниях почек надо ограничивать прием соли, мясных продуктов, острой и кислой пищи. Однако имеется много почечных заболеваний, и при каждом из них рекомендуется различная диета. Например, при пиелонефрите нельзя употреблять хрен, чеснок, горчицу, щавель. В то же время при фосфатных камнях в почках следует увеличить потребление кислых продуктов: брусничный и клюквенный сок, крыжовник, ржаной хлеб.

Отсутствие одной почки встречается достаточно часто и не всегда это является поводом для назначения специальной диеты и лечения. Необходимо решить вопрос: как хорошо работает единственная почка и насколько она здорова? Ответить на него может лишь врач после проведения специального обследования. Но даже при абсолютно здоровой единственной почке, надо относиться к ней бережно, не допускать чрезмерных нагрузок и травм.

Аркадий РОЗУМНЫЙ, кандидат медицинских наук.

ЗДОРОВЬЕ - ЛУЧШИЙ ПОДАРОК РОДИТЕЛЯМ

Больно смотреть, как страдают от недугов пожилые родители. Все чаще приходится нам сопровождать отца или мать в поликлинику к врачу, ходить в аптеку, покупая лекарства, которые, к сожалению, не всегда помогают. А ведь существует универсальное средство - аппарат для магнитоакустической терапии **МАГОФОН-01**, с помощью которого можно помочь старикам, сэкономив в дальнейшем и деньги, и время. **МАГОФОН-01** настоящая находка для страдающих **артритом, остеохондрозом, бурситом**. Очень эффективен **МАГОФОН-01 при варикозной болезни, невралгии тройничного нерва, отите, гайморите, фронтите, бронхите и даже парадонтите**. Во многих случаях он помогает обходиться без приема лекарственных препаратов или сократить их количество, поскольку заметно усиливает действие таблеток, мазей, кремов, растираний и др. Помогая справиться с болезнью, **МАГОФОН-01** одновременно оздоравливает. Повышает сопротивляемость организма к инфекциям и тонус, т.е. **МАГОФОН-01** активизирует защитные силы организма. Все жизненно важные органы начинают работать лучше. Снижается повышенное артериальное давление, улучшается сон, внимание, память.

Особенно незаменим **МАГОФОН-01** сейчас, зимой, когда обостряются различные хронические заболевания. **МАГОФОН-01** дает возможность справиться с проблемами здоровья и стать замечательным новогодним подарком. Если Вы хотите подарить своим родителям что-то действительно ценное для них, подарите им **МАГОФОН-01 - уникальный аппарат, объединивший известные магнито- и виброакустические аппараты, значительно сокративший в результате путь к выздоровлению**. Вместе с новогодними пожеланиями подарите своим близким здоровье на многие годы вперед!

Наряду с **МАГОФОНом** прекрасно зарекомендовали себя аппараты Елатомского приборного завода **МАГ-30-3** и **АЛМАГ-01**, предназначенные для лечения перечисленных заболеваний и многих других. **МАГ-30-3** - самый распространенный аппарат, выпускается 12 лет, показан практически всем. **АЛМАГ-01** - новинка завода, высоко эффективен при лечении хронических заболеваний, аналогов **АЛМАГу** нет в мире.

Приобрести медицинские аппараты можно в аптеках и магазинах "Медтехника". Или прямо на заводе. Адрес завода-изготовителя: 391351, Рязанская область, г. Елатьма, Приборный завод. Код заказа **8957**. Тел. (09131) 2-04-57, 4-38-29. Цена **МАГОФОНа** наложенным платежом вместе с пересылкой около 1190 руб.

Пишите, звоните - специалисты завода обязательно ответят на все Ваши вопросы и вышлют дополнительную информацию.

Epz@elat.ryazan.su
www: elamed.com
Елатомский приборный завод
- Все для здоровья. Здоровье для Вас.
Товар сертифицирован. Лицензия № 42\2001-0675-0479 от 22.10.2001 г.

Депрессия давно уже признана медиками болезнью века - она поражает десять процентов населения планеты. Оценивается эта опасность и такой цифрой - ежегодно до 800 тысяч человек в мире лишают себя жизни из-за нее. Что же это за напасть такая, откуда берется? Некоторые медики утверждают, что депрессия - наследственное явление.

ДЕПРЕССИЯ СВЕТА БОИТСЯ

Старший научный сотрудник Института психологии РАН Екатерина Колмыкова столь категоричного мнения не придерживается. Она считает, что проблема не только в строении ДНК того или иного человека, сколько в том, как его воспитывали. Если, скажем, мать ребенка либо вообще склонна к депрессии, либо долго страдает тяжелой послеродовой депрессией, вокруг нее образуется отрицательно заряженное биополе. А грудной малыш, практически постоянно находясь в нем, просто не может не усвоить этот отрицательный заряд, как говорится, по полной программе.

Одна из главных трудностей на пути лечения депрессии - ее очень трудно диагностировать. Во всяком случае, сегодня специалисты считают: для уверенного установления этой патологии у пациента требуется минимум семь лет. А так вот, на глазок, определить, болен ли человек депрессией или просто у него временно подавленное настроение, при имеющихся в распоряжении медицины методах и инструментах диагностики сегодня невозможно.

Однако проблему продолжают упорно изучать. Например, установлено, почему в одинаковых неблагоприятных [...]рого эти гормоны ничем не угнетены, быстро возвращается в нормальное состояние. У других же происходит выделение особого вещества, которое способствует освобождению стресс-гормонов. Возникает явление, которое медики называют осью стресса. Она-то и приводит человека в состояние неутихающей тревоги. И тогда организм пытается защититься депрессией, которая проявляется в страхах, унынии, отсутствии благих порывов и побуждений.

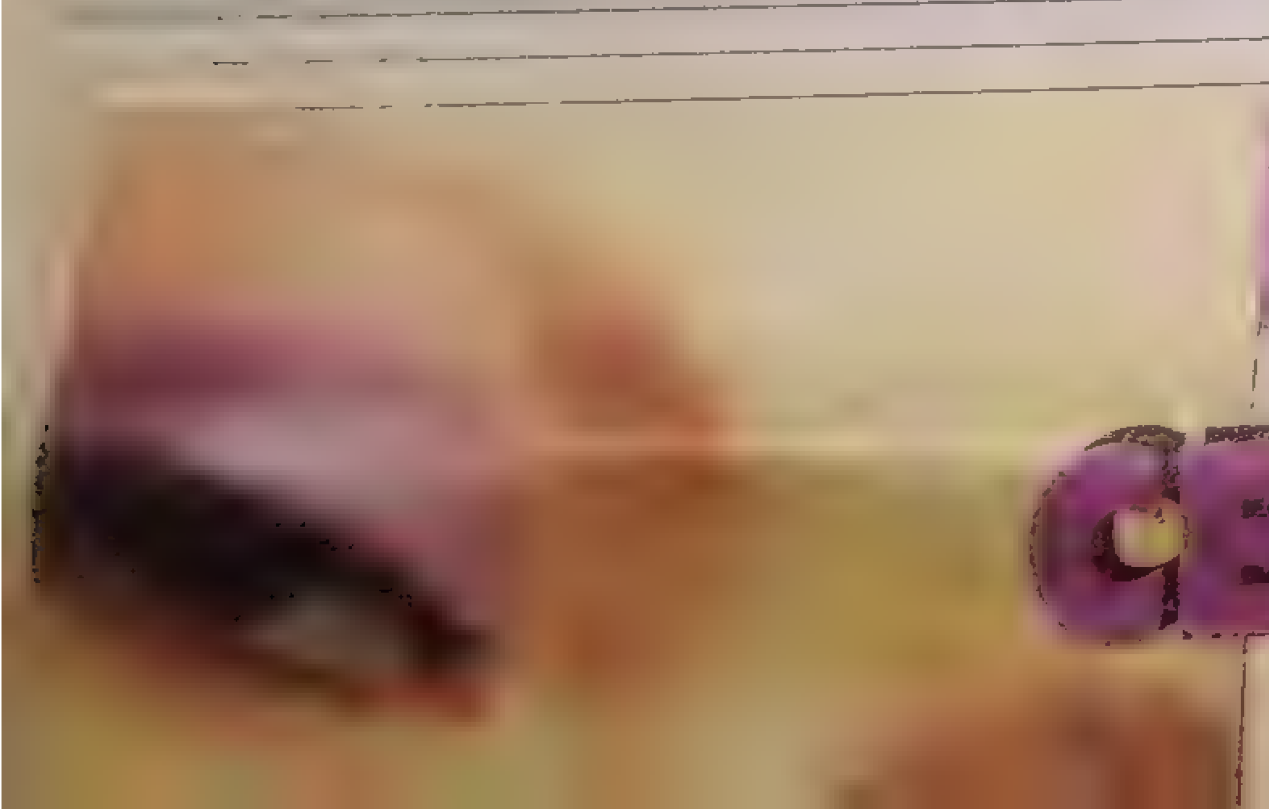
Впрочем, современная медицина, даже не зная природы этого явления, пытается помочь людям преодолеть депрессию. В частности, в мембрану клетки внедряют крошечную дозу лекарства, блокирующего образование веществ - стимуляторов высвобождения стресс-гормонов. Первые опыты применения этого метода на людях показали, что он приносит им облегчение.

Но есть и безмедикаментозные способы борьбы с хронической депрессией. Имейте в виду - самым простым из них служит замена лампочек в квартире на более яркие, а плотных темных штор - на легкие и светлые. Очень действенный способ - поехать куда-нибудь на юг, в Сочи например. Но, с одной сторо[...]чать, если за окном темно, электрическое освещение в квартире и не очень поздно ложиться. Поднимет настроение и загар в солярии. Это вас не разорит, так как хватит пятидесяти минут в неделю.

Знайте: еще одна подмога при депрессии - хромотерапия, то есть лечение цветом. О замене темных штор на светлые уже говорилось. Кроме того, полезен красный цвет, особенно в холодное время, так как он способен повышать температуру тела за счет повышения частоты ударов пульса. Желтый цвет, повышая творческую активность и стимулируя мыслительный процесс, одновременно снимает стресс и проясняет сознание. А создает ощущение расслабленности и комфорта и вообще успокаивает синий цвет.

Не следует сторониться и фитотерапии. Самое старое и проверенное у нас средство борьбы с депрессией - это зверобой. Правда, пить настой из этой травы надо после консультации у врача. Но у настойки зверобоя вкус на любителя. А ведь есть еще и вкусные средства избавления от стрессового состояния. *Помните - шоколад, например, усиливает выработку гормона радости - серотонина. Имбирь создает и поддерживает внутреннее тепло. Поднимает настроение и* [illegible]

НАРИСУЙ СЕБЯ САМА



Удачный, правильно подо-

него временно подавленное настроение, при имеющихся в распоряжении медицины методах и инструментах диагностики сегодня невозможно.

Однако проблему продолжают упорно изучать. Например, установлено, почему в одинаковых неблагоприятных ситуациях одни спустя какое-то время преодолевают стресс и забывают о нем, а другие сваливаются в пропасть депрессии. Все дело в гормонах, помогающих организму преодолеть нервные нагрузки, на которые влияют как положительные, так и отрицательные факторы. К примеру, один человек, у которого ... тозные способы борьбы с хронической депрессией. Имейте в виду - самым простым из них служит замена лампочек в квартире на более яркие, а плотных темных штор - на легкие и светлые. Очень действенный способ - поехать куда-нибудь на юг, в Сочи например. Но, с одной стороны, это нынче дорого, а с другой - палка о двух концах, так как нет гарантии, что по возвращении из субтропического рая вас не подкосит тоска по льющимся за тысячи километров от вашего дома теплым солнечным лучам. Так что надежнее просто продлевать свой световой день, то есть пораньше вставать, вклю- ... настойки зверобоя вкус на любителя. А ведь есть еще и вкусные средства избавления от стрессового состояния. *Помните - шокслад, например, усиливает выработку гормона радости - серотонина. Имбирь создает и поддерживает внутреннее тепло. Поднимает настроение и сливочное мороженое.* Наконец, главным врагом депрессии является все то, что доставляет человеку удовольствие. Это могут быть новая стрижка, вязание, покупки приглянувшихся вещей, вечеринка, интересный кинофильм, секс с любимым человеком.

Татьяна ГУРЬЕВА.

... СЕБЯ САМА

Удачный, правильно подобранный макияж делает нас моложе, красивее, а значит, придает уверенность в себе. Мы предлагаем вам не просто три варианта макияжа, мы предлагаем с помощью декоративной косметики создать некий образ, соответствующий вашим внешним и внутренним данным.

Если у вас светлые волосы и светлая кожа, голубые или серые глаза, предлагаем вам в эту новогоднюю ночь превратиться в Снегурочку, используя сиренево-фиолетовую палитру.

Вам потребуются темно-серый карандаш для подводки глаз, сухие тени - цвета сирени и розовые с перламутром, фиолетовая и коричневая тушь для ресниц.

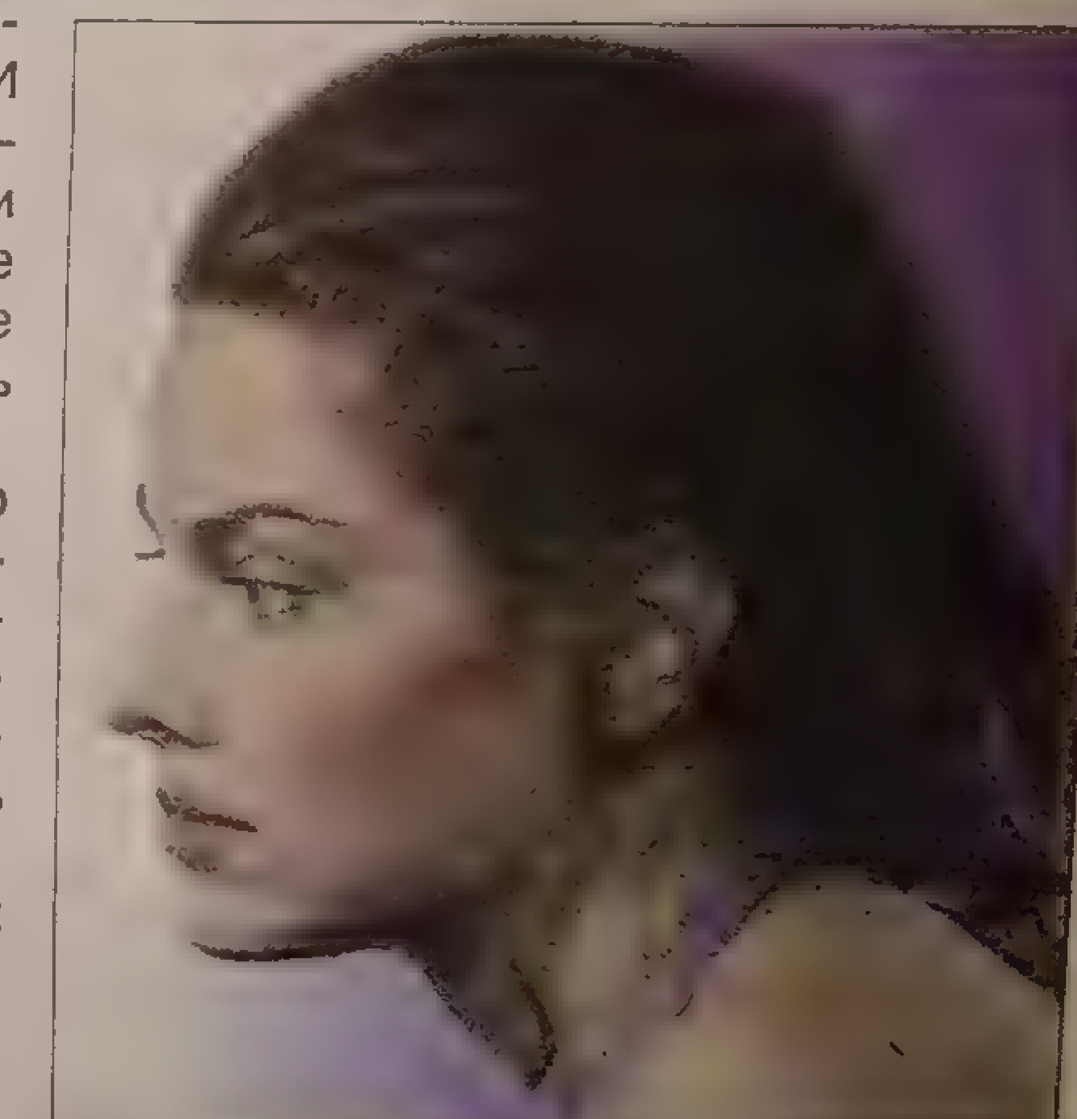
На лицо влажной губкой нанесите тональный крем - основу вашего макияжа. Он должен быть светлым, что придаст коже сияющую прозрачность. Затем карандашом проведите линию на верхнем веке и растушуйте ее. Тени кладите легко, негусто. Сначала сиреневые, потом, ближе к внешним уголкам глаз, - розовые. Растушуйте, чтобы переход цвета был плавным. Верхние ресницы накрасьте фиолетовой тушью, нижние - коричневой. Ваши фиалковые глаза, слегка оттененные коричневой тушью, придадут вам загадочную туманность. Смягчить холодные оттенки грима можно с помощью бледно-розовой помады и перламутрового блеска для губ. Перламутром накрасьте только центральную часть губ - тогда они будут казаться влажными. Немного

светлой рассыпчатой пудры наносится с помощью пуховки. Специальной кисточкой удалите излишки. Темно-розовые румяна дополнят ваш образ. Помните, что они не только оживят лицо, но и скорректируют его форму. Делая маникюр, накрасьте ногти серебристым лаком.

Для брюнеток, чей образ и без помощи косметики достаточно ярок благодаря насыщенному цвету волос, предлагаем сделать акцент на губы. Используйте помаду ярких сочных тонов - красного вина или рубина. Если вы хотите, чтобы очертания губ были более четкими, обведите их контурным карандашом.

Макияж начните с нанесения тона подходящего оттенка. Затем хорошо отточенным черным карандашом, а лучше - жидкой подводкой для глаз нанесите тонкую четкую линию на верхнее веко. Не растушевывайте. Тени для век можно использовать цвета охры с перламутром. Для выразительности глаз желательно подкорректировать брови, сделать их линию более четкой. Используйте золотистую пудру цвета загара. Ваш имидж роковой женщины дополнит ярко-красный лак для ногтей в тон губной помаде.

Визажисты утверждают, что легкий макияж в зелено-голубых тонах к лицу практически всем женщинам. И если образ роковой женщины вам не близок и Снегурочкой вы тоже быть не хотите, можете выбрать для себя роль Русалочки.



Вам необходимо иметь серебряный карандаш для век, светло-бирюзовые и золотисто-коричневые тени, черную или коричневую тушь для ресниц.

Как и в предыдущих вариантах, начинать макияж нужно с тонального крема. Не обязательно наносить его на все лицо, достаточно подкорректировать лишь проблемные зоны. Используйте светлые фарфоровые оттенки. Линию на веке карандашом сразу делайте широкую, затем растушуйте от корней ресниц к бровям. Немного бирюзы разбавьте коричневыми с золотом тенями. Но только совсем чуть-чуть на внешних уголках глаз. А вот ресницы должны быть густыми и пушистыми. Поэтому используйте тушь удлиняющую, придающую ресницам объем. Используйте губную помаду нежных, почти прозрачных оттенков розы и персика. Если вы любите более насыщенные цвета, можно поэкспериментировать, разбавив яркий тон помады более светлым.

Татьяна САНАЕВА,
визажист-косметолог.

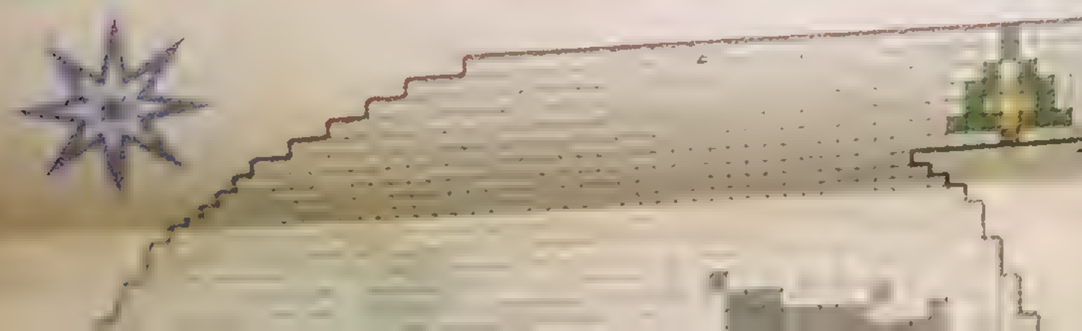
ЗИМНИЕ САЛФЕТКИ

Как правило, считается, что вышитые салфетки должны быть белого цвета. Но что вам мешает украсить свой интерьер красными, синими или золотыми салфетками, а для работы использовать золотую нить? Кстати, зимние мотивы, выполненные на цветной канве, смотрятся более эффектно.

САЛФЕТКА "ЕЛКИ"

Вам потребуется зеленая канва Aida 14 (55 клеточек на 10 см).

- **BLANC - белый**
- **DMC 909 - ярко-зеленый**
- **DMC 5284 - золото**



САЛФЕТКА С ЦЕРКОВЬЮ

Вам потребуется красная канва Aida 14 (55 клеточек на 10 см).

- белый
- DMC 3821 - золотисто-желтый
- DMC 909 - ярко-зеленый

САЛФЕТКА "СНЕЖИНКИ"

Вам потребуется синяя канва Aida 14 (55 клеточек на 10 см).

- DMC 117 или DMC 3821 - золотисто-желтый

Ольга ЦАПЛИНА, дизайнер

ЧТО СОСЧИТАНО ПРИРОДОЙ

Мы, люди XXI века, знаем о себе много и... ничего. Древние, оказывается, - наоборот. Благодаря Пифагору, его таблицам. Он долго жил в племени дагонов, которые, как говорят предания, были не только современниками, но и прилежными учениками древних и таинственных атлантцев. И вот эти известные только узкому кругу избранных знания, что ученый вынес оттуда, до сих пор удивляют нас. В таблицах Пифагора сказано многое о людях, о том, что мы собой представляем. Наша сущность заложена в датах рождения. Только то, как мы реализуем все, чем природа нас наградила от рождения, зависит от нас самих и тех обстоятельств, в которые попадает человек, а также от окружения.

Если бы родители имели эти таблицы, воспитывали детей исходя из природных данных, которые заложены в них, а не подавляли своим "правильным" воспитанием, то в мире было бы гораздо больше талантливых и неординарных людей. Все люди, повторюсь, от рождения получили свой номер, который несет определенную характеристику. Подсчитав свои цифры, пользуясь таблицей, вы можете узнать, что в вас заложила природа.

Поясним все на примере. Дата рождения: 11.07.1953.

Складываем цифры дня и месяца рождения: 1+1+7=9.

Складываем цифры года рождения: 1+9+5+3=18.

Складываем полученные числа: 9+18=27.

27 - первое рабочее число.

Складываем цифры первого рабочего числа: 2+7=9.

9 - второе рабочее число.

От первого рабочего числа отнять удвоенную первую цифру дня рождения: 27-2=25.

25 - третье рабочее число.

Сложить цифры третьего рабочего числа: 2+5=7.

7 - четвертое рабочее чис-

[illegible] цифр, что оп-

[illegible] рождения:

Квадрат 2 (биоэнергия)

- отсутствие двоек обозначает отсутствие и биоэнергии, а значит, канал биоэнергии открыт для интенсивного набора энергии. Эти люди любят старые вещи, неплохо относятся к окружающим, этим самым пытаясь подлитаться от других. Воспитанные от природы.

2 - биоэнергии достаточно для жизни, но сейчас, на данном этапе, маловато, поэтому обязателен спорт. Сверхчувствительны к атмосферным перепадам.

22 - биоэнергии достаточно. Вы уже можете лечить других.

222 - вы хороший экстрасенс.

2222 - этих людей очень любит противоположный пол. Но если еще добавляются три шестерки (666) - берегитесь соблазнов.

Квадрат 3 (порядочность)

- тройки отсутствуют. Это очень аккуратный или пунктуальный человек. Выделяется среди окружающих своим разговором.

3 - этих людей беспокоит непорядок, но относительно (хочу - делаю, хочу - нет), все зависит от настроения.

[illegible] способность к наукам

необходим, но он его не любит.

6 - заземленный человек. Физический труд необходим, можно подумать и про учебу.

66 - очень заземленный, но физический труд не нужен, а он его любит.

666 - знак тревожный. Человек очень привлекательный, темпераментный. Его партнер должен быть с большим количеством двоек.

6666 - этот человек в своих предыдущих земных превращениях набрал много заземленности, очень много трудился. Для него не существует ярма физического труда. Он всегда трудится. Такому человеку обязательно нужно поступать в институт, особенно если еще есть и девятки.

Квадрат 7

- нет семерок. Этот человек родился, чтобы заработать семерки в своих последующих превращениях. Но заработать их можно только сочувствием. Очень тяжелая жизнь.

7 - человек живет намного легче. Есть талант, но не ярко выраженный.

77 - это очень сильный знак, особенно если развить его силу полностью. Человек музыкальный. Имеет художественный вкус, может рисовать. Если в расчете есть 1 и 2, то его эгоизм будет руководить им и его талантом, он никому не нужен. Человек ходит по лезвию бритвы, наделен всем: и хорошим, и плохим. Для него не будет закрытых дверей. Если будет привлекаться к судебной ответственности, то ему обязательно помогут выиграть процесс или вытянут из долговой ямы. С детства нужно прививать чувство альтруизма.

777 - знак особый. Эти люди столкнутся с серьезными трудностями.

7777 - это знак тревоги. Люди с таким знаком должны быть очень осмотрительны.

Квадрат 8 (обязательность)

- отсутствие восьмерок. Человек что-то возьмет и не спешит отдавать.

8 - человек с развитым чувством ответственности.

88 - очень развитое чувство ответственности, всегда есть желание помогать другим.

888 - знак служения народу, большая ответственность. Это знак Индиры Ганди.

8888 - этот знак был только в 1988 году. Дети родились с развитыми способностями, со склонностью к изучению точных наук.

Квадрат 9 (ум)

9 - человек обязательно должен развивать и другую девятку.

99 - от рождения дана умная голова, но неохотно учится.

999 - человек умный от природы, все ему удается.

9999 - человеку открыта истина в соединении с редкостным умом, но отличают грубость, немилосердие.

Вот вы и узнали, как видел судьбы людские Пифагор.

Владимир РЫБАКОВ.

Определи свою фигуру

КВАДРАТ, КРУГ, ЗИГЗАГ...

Из пяти геометрических фигур - квадрат, круг, треугольник, прямоугольник, зигзаг - выберите ту, про которую сможете сказать: "Это - я!" И с помощью петербургских психологов А. Алексеева и Л. Громовой узнайте все про себя.

Квадрат

Трудо-

Треугольник

Эта фигура символизирует

роятно, что именно Круг: [illegible] пит первым. Он стре[illegible]

Сложить цифры третьего рабочего числа: 2+4+5=7

7 - четвертое рабочее число.

Первый ряд цифр, что определяют дату рождения:

11 7 1953.

Второй ряд складывается из рабочих чисел:

27 9 25 7.

Посчитайте количество чисел в двух рядах - 13. Это обозначает: я пришел на землю в 13-й раз. А всего, как утверждает Пифагор, человек приходит на землю 15 раз. Потом переходит жить в другое, более совершенное, измерение.

Рисуем таблицу, в каждый квадрат которой вписываем одинаковые цифры из двух рядов чисел.

Вот что у нас получилось.

Квадрат 1

1 - утонченный эгоист.

11 - близкий к эгоизму.

111 - хороший характер, уступчивый.

1111 - очень волевой, сильный.

11111 - диктатор, самодур.

111111 - (встречается очень редко) человек жестокий, но в то же время для близкого может сделать невозможное. С таким человеком очень тяжело.

7 - этих людей беспокоит непорядок, но относительно (хочу - делаю, хочу - нет), все зависит от настроения.

33 - способность к наукам (замечательные математики, физики, химики).

333 - способность к наукам (с удвоенной силой). Педантичность, аккуратность, если нет реализации в науке.

Квадрат 4 (здоровье)

- отсутствие четверок. Этот человек очень болеет (особенно при расчете 2).

4 - болеть будет не очень, в основном по старости.

44 - очень здоровый человек или обладает повышенным темпераментом.

444 - то же самое, только с удвоенной энергией.

Квадрат 5 (интуиция)

- нет пятерок. Неоткрытый канал при рождении. Эти люди всегда стараются что-то предпринять, что-то сделать, всегда в раздумьях, в эксперименте, в расчетах. Жизненный опыт показывает, что этим человеком будет сделано много ошибок. Таким людям тяжело жить. Все, что им дается, они пробивают своей головой.

5 - канал открытый, эти люди делают меньше ошибок.

55 - сильно развитая интуиция (следователи, юристы).

555 - ясновидящие, все, что совершается вокруг, им ясно. Знают, что делают.

5555 - ясновидящие, все, что делается вокруг, им ясно. Есть моменты, когда они находятся по ту сторону времени и пространства.

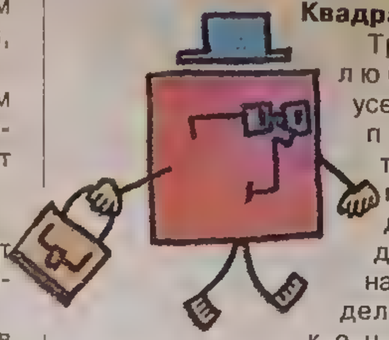
Квадрат 6 (заземленность)

- нет шестерки. Человек пришел в этот мир получить профессию, физический труд

КВАДРАТ, КРУГ, ЗИГЗАГ...

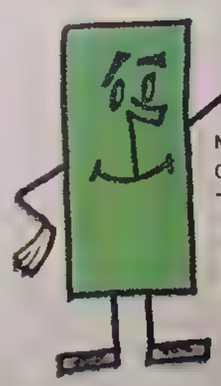
Из пяти геометрических фигур - квадрат, круг, треугольник, прямоугольник, зигзаг - выберите ту, про которую сможете сказать: "Это - я!" И с помощью петербургских психологов А. Алексеева и Л. Громовой узнайте все про себя.

Квадрат



Трудолюбие, усердие, потребность доводить начатое дело до конца, упорство, позволяющее добиваться завершения, - вот чем знамениты истинные Квадраты. Выносливость, терпение и методичность обычно делают Квадрата высококлассным специалистом в своей области. Квадрат любит раз и навсегда заведенный порядок: все должно находиться на своем месте и происходить в свое время. Идеал Квадрата - распланированная, предсказуемая жизнь, ему не по душе "сюрпризы" и изменения привычного хода событий.

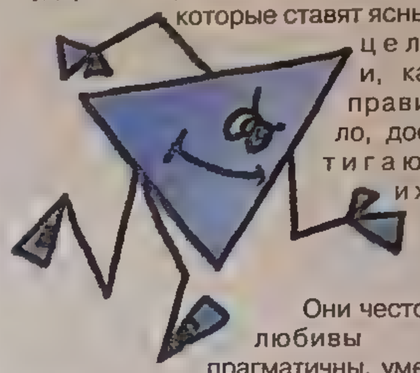
Прямоугольник



Временная форма личности, которую могут "носить" остальные устойчивые фигуры в определенные периоды жизни. Это люди, не удовлетворенные тем образом жизни, который они ведут сейчас, и потому занятые поисками лучшего положения. Ведущие качества Прямоугольника - любознательность, пытливость, живой интерес ко всему происходящему и смелость. Они открыты для новых идей, ценностей, способов мышления и жизни, легко усваивают все новое.

Треугольник

Эта фигура символизирует лидерство. Самая характерная особенность истинного Треугольника - способность концентрироваться на главной цели. Треугольники - энергичные, неудержимые, сильные личности, которые ставят ясные цели и, как правило, достигают их.



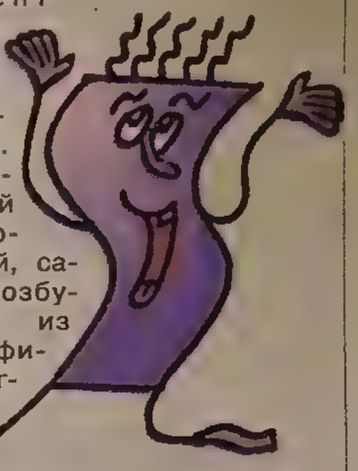
Они честолюбивы и прагматичны, умеют представить вышестоящему руководству значимость собственной работы и работы своих подчиненных. Сильная потребность быть правым и управлять положением дел заставляет Треугольника постоянно конкурировать с другими.

Круг

Самый доброжелательный из пяти фигур. Он обладает высокой чувствительностью, развитой эмпатией - способностью сопереживать, сочувствовать, эмоционально отзываться на переживания другого человека. Круг ощущает чужую радость и чувствует чужую боль, как свою собственную. Он счастлив тогда, когда все ладят друг с другом. Поэтому, когда у Круга возникает с кем-то конфликт, наиболее вероятно, что именно Круг уступит первым. Он стремится найти общее даже в противоположных точках зрения.

Зигзаг

Фигура, символизирующая творчество. Комбинирование абсолютно различных, несхожих идей и создание на этой основе чего-то нового, оригинального - вот что нравится Зигзагам. Они никогда не довольствуются способами, при помощи которых вещи делаются в данный момент или делались в прошлом. Зигзаг - самый восторженный, самый возбудимый из всех фигур. Когда у него появляется новая и интересная мысль, он готов поведать ее всему миру! Зигзаги неутомимые проповедники своих идей и способны увлечь за собой многих.



Подготовила Людмила ОСОКИНА.

Своими руками

ДОМИК ДЛЯ БАРБИ

Моя шестилетняя сестренка очень просила купить ей дом для куклы Барби. Но у нас в городе его трудно достать, да и стоит он очень дорого. Поэтому мы с папой сделали домик сами - из фанеры и дощечек. Получился он очень нарядным. Я почти все делал сам, папа только помогал и давал советы. Оказывается, у него в детстве был похожий домик.

Мы сперва купили в магазине стройтоваров обрезки фанеры толщиной 8 мм. Из них я выпилил стены с окнами и дверью, потолок и крышу **(рисунок 1)**. Собирали мы дом на полу размерами

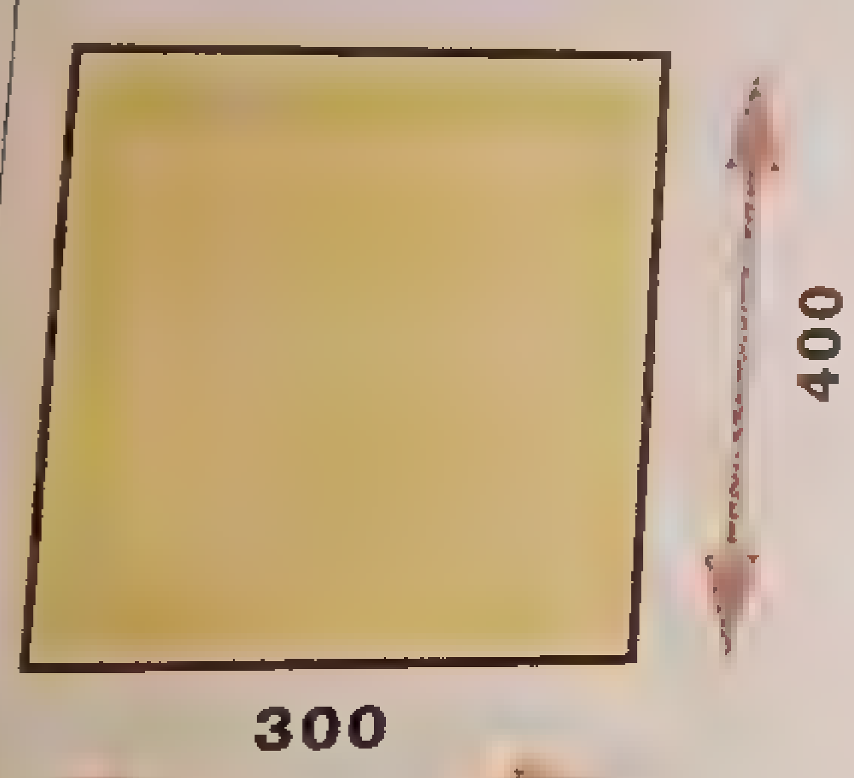
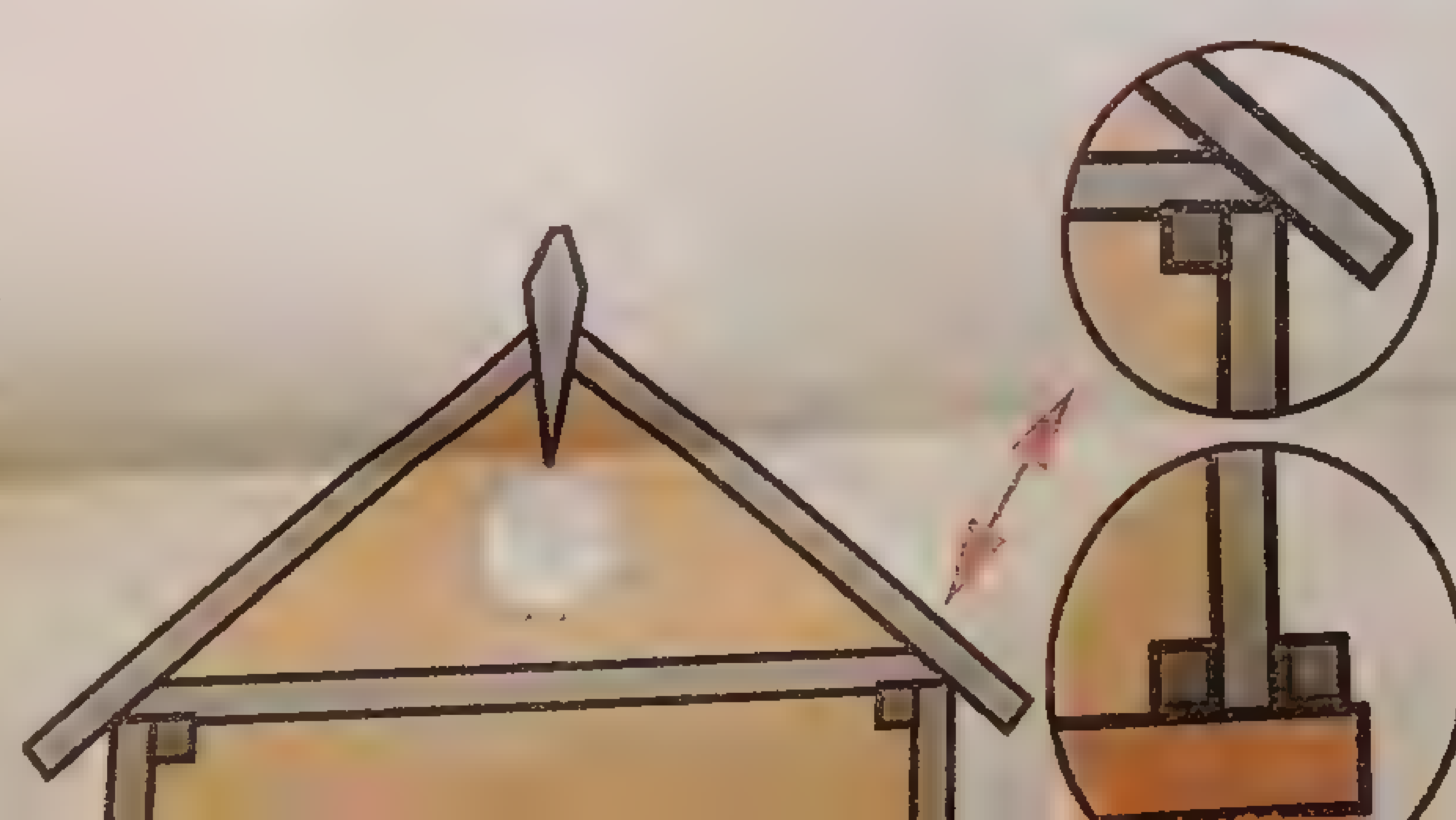


Рисунок 1

600x800 мм так, чтобы с боков и фасада остались полоски фанеры. Сборка - на столярном клее и тонких гвоздиках. Главное, чтобы торцы всех стен были гладкими и ровными, а верхние кромки боковых стен надо сточить так, чтобы крыша к ним плотно прилегала. Потолок у нас лежит на двух рейках, такие же рейки приклеены вдоль стен внутри и снаружи, как плинтуса **(рисунок 2)**.



липли намертво, мы их покрасили зеленой гуашью - получилось точно, как трава, в которой кое-где "цветы" - раскрашенные в разные цвета маленькие кусочки поролона. Сам дом мы покрасили голубой гуашью, рамы - белой, а крышу - красной. Сестра была просто счастлива. Она сказала, что у подруги есть пластмассовый дом для Барби, но он все время разваливается, а наш крепкий.

Привет всем! Меня зовут Анна, мне 14 лет, знак Зодиака - Водолей, Дракон. Слушаю любую музыку - от классики до современной. Хочу переписываться с девчонками и мальчишками любого возраста. Ответ гарантирую на 100 процентов, хоть будет сто, хоть двести писем!

Мой адрес: 456913, Челябинская область, г. Сатка, ул. Свободы, 10-112. Анне.

НАПИШИТЕ МНЕ ПИСЬМО!

Привет всем!

Меня зовут Даша. Мне 12 лет. Я люблю слушать музыку, особенно рэп, фанатка "Эминема". Друзей у меня много, а вот по переписке нет. Так что, если кто-нибудь хочет переписываться, пишите и присылайте свое фото. Отвечу всем.

Мой адрес: 361012, Кабардино-Балкария, Прохладненский р-н, пос. Красносельский, ул. Новая, д. 4. Докучаевой Дарье.

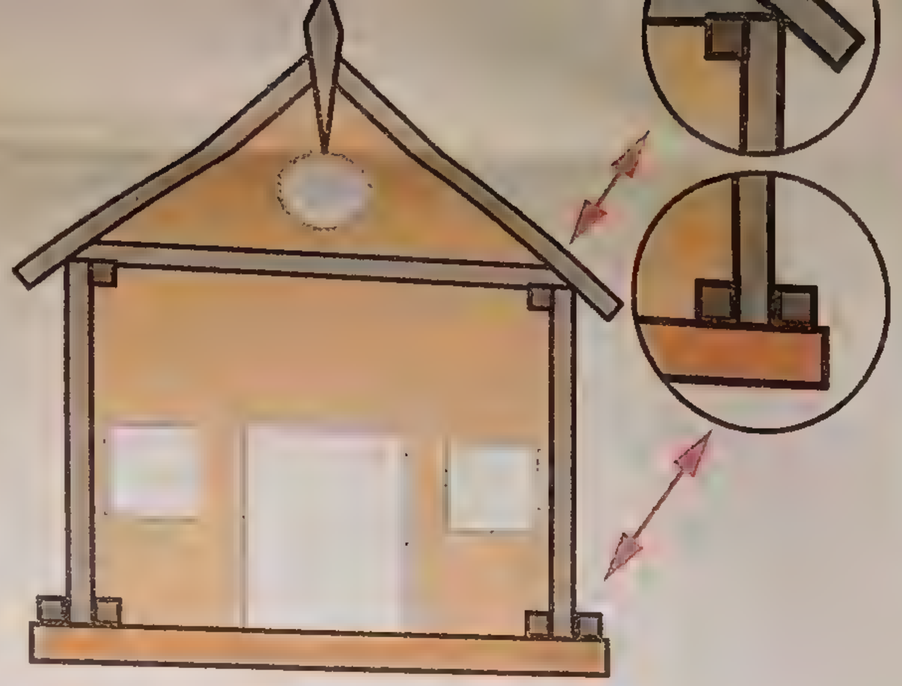
КОНФЕТЫ "РЫЖИК"

Натрите на мелкой терке 500 г сырой моркови, добавьте 200 г сахара и лимонную кислоту - на кончике ножа. Выложите в кастрюлю и уварите на медленном огне, постоянно помешивая, чтобы не подгорела. Когда масса загустеет, добавьте 100 г терто[illegible]

стен были гладкими и ровными, а верхние кромки боковых стен надо сточить так, чтобы крыша к ним плотно прилегала. Потолок у нас лежит на двух рейках, такие же рейки приклеены вдоль стен внутри и снаружи, как плинтуса **(рисунок 2)**.

Дверь и окна оклеили тонкими дощечками - получилось, как рамы и дверные коробочки. Саму дверь тоже сделали из тонкой дощечки и укрепили на кусочке ткани вместо петель. А мама сшила занавески на окна.

Вокруг дома папа сделал "траву" - намазал выступающую фанеру клеем ПВА и засыпал опилками. Опилки при-



Задней стенки у нашего дома нет, сестра ставит его к стене и так играет.

Денис КОЖИН, 14 лет.
Пермь.

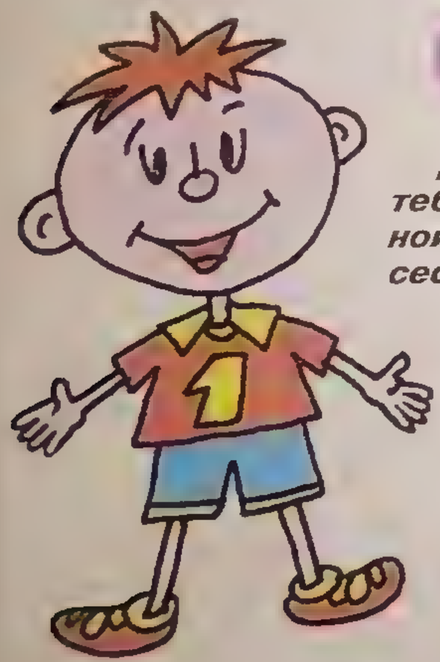
ТРЮФЕЛЬ

Натрите на мелкой терке 500 г сырой моркови, добавьте 200 г сахара и лимонную кислоту - на кончике ножа. Выложите в кастрюлю и уварите на медленном огне, постоянно помешивая, чтобы не подгорела. Когда масса загустеет, добавьте 100 г тертого шоколада и хорошо вымешайте. Из темной массы сделайте шарики величиной с грецкий орех. Конфеты обваляйте в размолотых вафлях или посыпьте сахарной пудрой, тертым шоколадом.

Надя ТКАЧЕНКО, 9 лет.
г. Красный Сулин
Ростовской области.

СКАЗОЧНАЯ ЗАРЯДКА

Делаешь ли ты по утрам зарядку? Нет? Почему? Может быть, тебе не интересно выполнять упражнения? Я научу тебя сказочной зарядке, которую легко делать с младшими братьями и сестрами и даже с дедушками и бабушками.



Книги открываются,
Сказки начинаются.
Вытяни руки впере ладонями вместе и ме ленно разведи в сторо ны.

Чтобы Ванечке
напиться
Наклонился он
копыт!
Ах, скажите
где ребенок?
Рядом ма-
ленький козленок!

Делай наклоны туловища вперед. Разведи в удивлении руки в стороны. Покажи "рожки" и по-козлиному помекай.

Ох, как коробмой тяжел,
Много я,
медведь, прошел.
Сяду, сяду
на пенек,
Съем
горячий пирожок.

Иди вразвалочку, тяжелой "медвежьей" походкой. Делай приседания и начинай перебрасывать из руки в руку воображаемый горячий пирожок. Не забывай дуть на него!

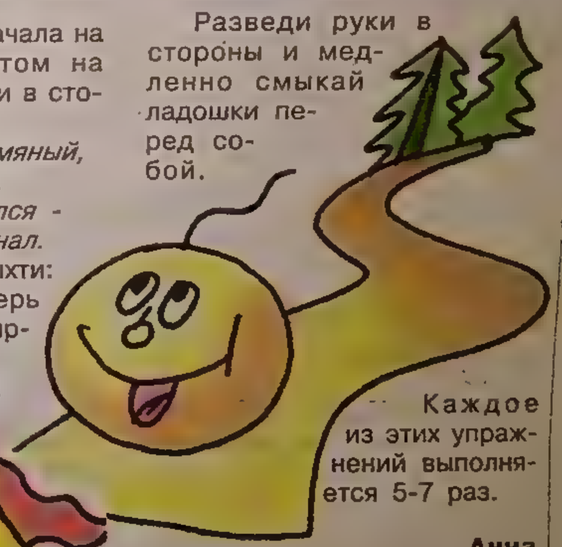
Скачет всадник на
коне,
На волшебном
скакуне,
Через горы и леса -
Вот такие чудеса!

Руки на пояс и начинай прыгать и скакать сначала на одной ноге, потом на двух с поворотами в стороны.

Колобок пыхтел румяный,
На окошке остывал.
По дорожке покатился -
Так никто и не догнал.

Надувай щеки и пыхти: "Пых-пых-пых!" А теперь сделай несколько кувырков через голову.

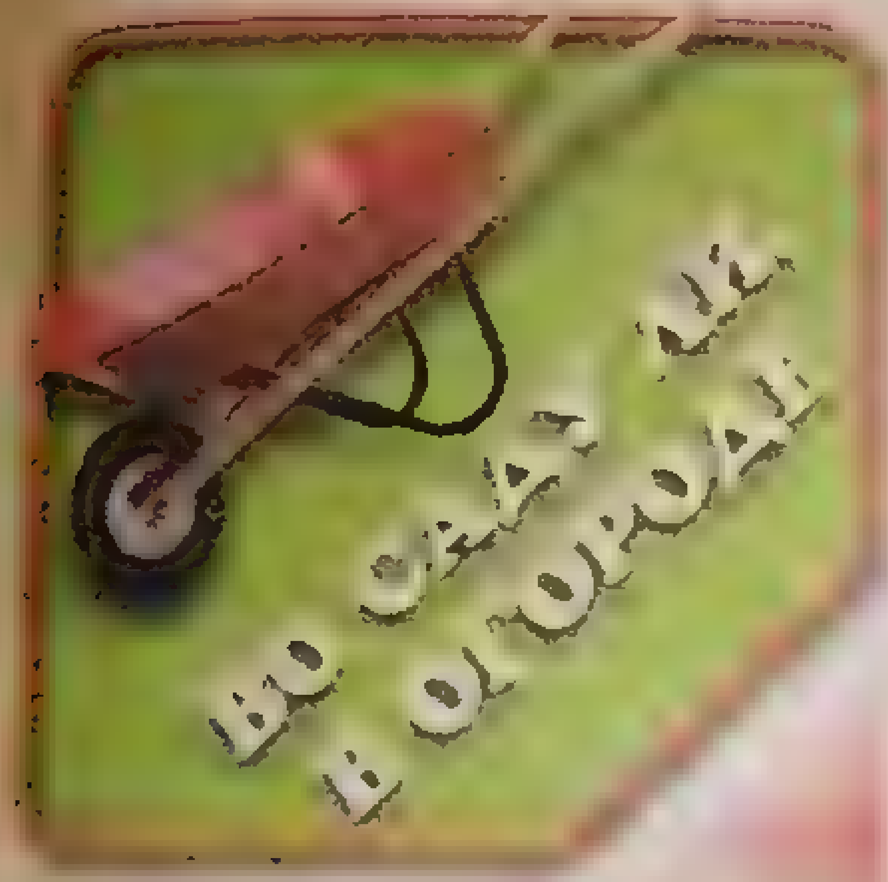
Книги закрываются,
Но сказки не
кончаются.



Разведи руки в стороны и медленно смыкай ладошки перед собой.

Каждое из этих упражнений выполняется 5-7 раз.

Анна САМСОНОВА,
методист отдела игры Московского городского Дворца творчества детей и юношества.



Крупные глянцевые на длинных черешках листья клещевины обыкновенной привлекают разнообразием окраски. Они могут быть не только зелеными, но и красноватыми, буро-коричневыми, кроваво-красными и даже с фиолетовым оттенком.

Если вы хотите в короткие сроки украсить крыльцо, террасу, беседку или водоем, а может, прикрыть неприглядный забор или сарай, то вам просто необходимо выращивать клещевину.

Это роскошное растение, достигающее в высоту 120-150 см, когда-то привезли из тропической Африки. На родине клещевина - многолетнее растение. Наш же климат позволяет выращивать ее только как однолетник.

В пазухах верхних листьев в конце лета образуются очень эффектные колючие плодики, представляющие собой мягкошишковатые коробочки с тремя гнездами. Ярко-красная, пурпурная или карминная окраска коробочек сохраняется до полного созревания семян.

В открытый грунт клещевину лучше высаживать рассадой, но можно и в апреле-мае по 2-3 семени на лунку. Для лучшего прорастания семян снимите оболочку с семядолей. Чтобы вырастить рассаду, семена нужно посеять в торфоперегнойные горшочки по 2-3 семени. На 10-12-й день появятся всходы. После окончания весенних заморозков, в начале июня, вы можете высадить рассаду на постоянное место в сад с интервалом 50-60 см.

Наибольшей декоративности клещевина достигает на солнечных, теплых и влажных местах с глубоко окультуренной, рыхлой, питательной почвой. Перед высадкой подкормите рассаду комплексным удобрением. Через 10-12 дней после высадки повторите подкормку. Если стоит жаркая сухая погода, то клещевину необходимо поливать.

Среди сортов клещевины наибольшей декоративностью обладает "Казачка". При благоприятных условиях стебли клещевины этого сорта достигают высоты 2-2,5 метра. Листья у "Казачки" темно-зеленые с красноватыми жилками, молодые листья имеют необычный фиолетовый оттенок, цветки - ярко-зеленые, а коробочки с семенами - ярко-пурпурные.

Существуют и низкорослые разновидности, например клещевина Гибсона.

Кроме декоративных качеств клещевина имеет большое прикладное значение. Из нее делают всем известное касторовое масло.

Анна ЯНИНА,
фитодизайнер.

ТОВАРЫ - ПОЧТОЙ (К)

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1143 р.**
Эл. сепаратор (220 В, 55 л/час, гарантия 12 мес.) **1451 р.**
Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1679 р.**
Эл. мясорубка (вес 4 кг, гарантия 1 год, в комплекте - соковыжималка) **1451 р.**
Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **945 р.**
Озонатор (12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1480 р.**
Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1523 р.**
Цена включает все затраты и действительна **до 26.02.2003 г.**

ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, телефон 8-383-2-74-04-42.

Почему мы должны приобретать семена в фирме «Марс»? Этот вопрос вправе задать любой садовод. Действительно, почему? Причин тому несколько.

[illegible]рвых, приемлемая [illegible] при гарантированном [illegible] продукции, во-вторых, [illegible] система скидок [illegible] ассортимент про[illegible] и это, на-

(К) В ФИРМЕННЫХ ВАКУУМНЫХ ПАКЕТАХ, СЕРТИФИЦИРОВАНЫ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЕМЕННОЙ И КАРАНТИННОЙ ИНСПЕКЦИЯМИ

СЕМЕНА - ПОЧТОЙ

С СЕМЕНАМИ ОТ "МарС" - КОСМИЧЕСКИЕ УРОЖАИ

АРБУЗ: Мелитопольский - **1-20**, Малыш (сахарный) - **1-50**.
БАКЛАЖАНЫ: Алмаз, Альбатрос - **0-98**, Снежный (белый) - **1-20**.
БОБЫ: Черные русские - **3-00**.
БРЮКВА: Куузику - **0-90**.
[illegible]: Алтайская, Колхозни-

ДРАЖЕ ЛУК - Сибирский однолетний - **5-10**.
ОГУРЦЫ: Бидретта F1, Изящный, Муромский, Электрон, Эталон - **0-90**, Висконсин, Парад, Феникс - **0-98**, Алтай, Заречный, Водолей, Конкурент, Кустовой, Надежный, Новосельский - **1-05**, Аист - **1-13**, Береговой, Един-

РЕПА: Наманганская, Петровская - **0-90**, Гейша - **1-50**.
САЛАТ: Московский парниковый, Новогодний, Фестивальный - **0-90**, Азарт, Кресс-салат узколистный, Одесский кучерявец - **0-98**, Аттракцион - **1-05**, Лолло Росса - **1-50**, Берлинский - **1-65**.
СВЕКЛА: [illegible]

Мальва розовая, Нигелла голубая, Нигелла смесь - **0-90**, Диморфотека оранжевая - **0-98** Вьюнок трехцветный, Гипсофила (3 вида), Космея смесь, [illegible] красный - **1-13**, Астры (20 [illegible]дов) - **1-20**, Бальзамин [illegible]вый, Кларкия, Маттиола, [illegible]зия (2 вида), [illegible]

сколько.

Во-первых, приемлемая цена при гарантированном качестве продукции, во-вторых, гибкая система скидок и широкий ассортимент продукции, в-третьих, и это, наверное, самое главное - возможность заказывать семена по почте оптом и в розницу.

Российским садоводам и огородникам «Марс» знаком уже шесть лет. Кто однажды заказывает тут семена, становится постоянным клиентом фирмы. Подтверждение тому - постоянно пополняющаяся почта с заказами и благодарностью.

«Очень понравились ваши семена, всходы прекрасные. Хотелось бы и дальше сотрудничать с вами», - пишет Павлова Н.А. из Тверской области.

А Жимолострова Н.Д. из Тульской области заказывает семена в "Марсе" уже не первый раз. И каждый раз в письме с заказом она выражает свое восхищение качеством урожая.

Приходят письма и в редакцию «Друга дома». Кто-то из наших читателей услышал о «Марсе» впервые. А кто-то благодарит за то, что газета рассказывает о фирме, с которой российские садоводы сотрудничают не первый год.

Сегодня мы продолжаем серию публикаций о продукции ООО «Марс». Мы надеемся, наша информация окажется полезной для всех читателей рубрики «Во саду ли, в огороде». Дачный сезон не за горами. А чтобы урожай порадовал, подготовиться к нему нужно заранее. Начать сейчас - самое время.

С СЕМЕНАМИ ОТ "МарС" - КОСМИЧЕСКИЕ УРОЖАИ

АРБУЗ: Мелитопольский - **1-20**, Малыш (сахарный) - **1-50**.

БАКЛАЖАНЫ: Алмаз, Альбатрос - **0-98**, Снежный (белый) - **1-20**.

БОБЫ: Черные русские - **3-00**.

БРЮКВА: Куузику - **0-90**.

ДЫНЯ: Алтайская, Колхозница - **1-20**.

ГОРОХ: Альфа, Воронежский зеленый, Хавский жемчуг - **1-28**, Амброзия (сахарный) - **2-48**.

КАБАЧКИ: Белый Марроу, Горный - **1-05**, Грибовский - **1-20**, Аэронавт, Белоплодный - **1-28**, Зебра, Якорь - **1-35**, Ролик - **1-80**, Цуккини Цукеша - **1-95**, Овощное спагетти - **2-25**.

КАПУСТА: Брюссельская, Грибовская, Савойская, Листовая, Амагер, Зимовка, Золотой гектар, Июньская, Подарок, Слава, Ярославна - **0-90**, Точка, Белорусская, Вьюга, Лосиноостровская, Московская поздняя, Надежда, Полярная, Сибирячка, Тайнинская, Юбилейная - **0-98**, Белоснежка, Брокколи, Дауэрвайс, Кольраби (белая, зеленая, красная), Краснокочанная, Судья - **1-05**, Цветная Эрфуртская, Цветная МОВИР-74 - **1-50**, Крафт F1 - **2-25**, Цветная Сноуболл - **2-70**, Трансфер F1- **2-78**, Колобок F1 - **3-45**.

КУКУРУЗА: НАРТ 150, РОСС 209 - **1-20**.

ЛУК: Луганский - **1-35**, Батун, Маргеланский белый - **1-43**, Бессоновский, Стригуновский, Хавский однолетний - **1-50**, Золотничок, Мячковский, Порей, Штутгартер Ризен - **1-65**, Душистый - **1-95**, Даниловский красный - **2-10**, Ред Барон красный - **2-18**, Каратальский однолетний - **2-25**, Сибирский однолетний - **2-48**, Халцедон однолетний - **2-63**.

МОРКОВЬ: Марлинка, Рогнеда - **1-20**, Лосиноостровская - **1-28**, Болтекс, Витаминная, Московская зимняя, Нантская без сердцевины, Сент-Валери, Тушон - **1-35**, Королева осени, Леандр, НИИОХ - **1-43**, Флакки - **1-50**, Круглая Парижская - **1-65**, Нантская, Шантенэ - **1-80**.

ДРАЖЕ МОРКОВЬ (500 драже) - Витаминная - **4-90**, Московская зимняя, НИИОХ - **4-95**, Без сердцевины, Лосиноостровская, Нантская, Королева осени - **5-10**.

ДРАЖЕ ЛУК - Сибирский однолетний - **5-10**.

ОГУРЦЫ: Бидретта F1, Изящный, Муромский, Электрон, Эталон - **0-90**, Висконсин, Парад, Феникс - **0-98**, Алтай, Заречный, Водолей, Конкурент, Кустовой, Надежный, Новосельский - **1-05**, Аист - **1-13**, Береговой, Единство, Предгорный виноград, Светлячок - **1-20**, Засолочный, РС-2000 - **1-50**, Пальчик, Фаворит - **1-65**, Дружина F1, Нежинский, Парижский корнишон - **1-95**, Голубчик F1 - **2-40**, Обильный, Родничок F1 - **2-85**, Шремски F1 - **3-00**, Либелле F1, Малыш - **3-45**, Семкросс F1 - **3-75**, Журавленок F1 - **3-90**, Апрельский F1 - **5-85**, Отело F1, Сантана F1 - **6-75**, Паркер F1 - **12-30**.

ОГУРЦЫ САМООПЫЛЯЕМЫЕ: Фасон F1 - **3-00**, Зозуля F1 - **6-98**, Ивушка - **7-50**, Буян F1, Мазай F1, Подмосковные вечера F1 - **9-00**.

ПАТИССОНЫ: Белые - **1-43**.

ПАСТЕРНАК: Лучший из всех - **1-35**.

ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ: Подарок Молдовы - **0-98**, Богатырь, Винни-Пух, Волжанин, Здоровье, Золотой юбилей, Капитошка, Крепыш, Ласточка, Медаль, Нежность, Новогогошары, Тополин, Яблочко - **1-13**, Виктория - **1-80**.

ПЕРЕЦ ОСТРЫЙ: Астраханский - **1-80**.

ПЕТРУШКА: Богатырь, Корневая, Листовая - **1-05**, Кудрявая - **1-20**.

ПРЯНЫЕ ТРАВЫ: Кервель, Тимьян - **0-90**, Базилик зеленый, Базилик карамельный, Змееголовник, Иссоп, Фенхель - **1-05**, Базилик фиолетовый, Горчица листовая, Мелисса, Тмин - **1-20**, Пустырник, Цикорий - **1-35**, Сельдерей корневой - **1-65**, Горчица белая - **1-80**, Эстрагон - **5-40**.

РЕДИС: Розово-красный с белым кончиком - **1-20**, Саратовский - **1-28**, Корунд, Красный великан, Ледяная сосулька - **1-43**, Вюрцбургский, Заря, Моховский, Ранний красный, Родос, Софит - **1-50**, Рубин - **1-73**, Вера, Жара, Чемпион - **2-03**, 18 дней - **2-18**.

РЕДЬКА: Зимняя черная, Майская белая - **0-90**, Зеленая Маргеланская - **1-13**, Дайкон Саша - **1-50**, Дайкон Дубинушка - **1-80**.

РЕПА: Наманганская, Петровская - **0-90**, Гейша - **1-50**.

САЛАТ: Московский парниковый, Новогодний, Фестивальный - **0-90**, Азарт, Кресс-салат узколистный, Одесский кучерявец - **0-98**, Аттракцион - **1-05**, Лолло Росса - **1-50**, Берлинский - **1-65**.

СВЕКЛА: Двухсеменная, Свекла одноростковая - **1-65**, Бордо, Красный шар - **1-73**, Детройт, Кормовая - **2-03**, Цилиндра - **2-78**.

ТАБАК КУРИТЕЛЬНЫЙ: Вирджиния - **1-80**, Трапезонд 362 - **3-45**, Кубанец - **4-90**.

ТОМАТЫ: Лагидный - **0-90**, Поток - **0-98**, Барнаульский консервный, Белый Налив, Ранний 83, Волгоградец, Волгоградский 5/95, Гном, Дубрава, Земляк, Корсар, Московский осенний, Патрис, Перемога, Ракета, Флорадель, Чемпион - **1-05**, Алёна F1, Грот, Грушевидный, Дар Заволжья, Персей, Пикет - **1-13**, Венета, Грибовский грунтовой, Демидов, Лима, Никола, Пето-86, Пэкмор, Рома, Яблонька России - **1-20**, Гранд, Огородник - **1-28**, Геркулес, Новинка Приднестровья, Титан - **1-35**, Бычье сердце, Де-Барао (Золотой, Розовый, Красный, Черный), Золотое руно, Москвич, Челнок - **1-43**, Джина, Фонарик - **1-50**, Агата, Новичок - **1-65**, Дубок, Сибирский скороспелый - **1-80**, Хурма, Фитоус - **1-95**, Взрыв, Крайний Север, Лонг Кипер, Розовый гигант, Ямал - **2-25**, Балконный - **2-40**.

ТУРНЕПС: Роговский - **0-98**, Золотой шар - **1-05**.

ТЫКВА: Волжская серая - **1-13**, Уфимская - **1-20**, Крупноплодная, Лечебная - **1-35**, Крошка - **1-50**, Стофунтовая - **2-18**.

УКРОП: Аврора, Дальний, Кибрай, Лесногородский, Салют, Грибовский, Обильнолиственный, Супердукат - **1-13**.

ФАСОЛЬ: Сакса - **1-80**, Хавская универсальная - **2-25**, Триумф Сахарный, Журавушка (спаржевая) - **2-40**, Вьющаяся Блэк Джек, Вьющаяся Херольд - **2-78**.

ФИЗАЛИС: Земляничный - **1-65**.

ШПИНАТ: Зимний гигант - **1-05**.

ЩАВЕЛЬ: Бельвильский, Широколистный - **1-50**.

ЦВЕТЫ: Василек белый, Василек смесь, Иберис белый, Мальва розовая, Нигелла голубая, Нигелла смесь - **0-90**, Диморфотека оранжевая - **0-98**, Вьюнок трехцветный, Гипсофила (3 вида), Космея смесь, Лен красный - **1-13**, Астры (20 видов) - **1-20**, Бальзамин розовый, Кларкия, Маттиола, Целозия (2 вида), Подсолнечник (2 вида), Цинния (6 видов), Нигелла розовая, Хризантема, Люпин однолетний, Рудбекия (однолетняя, многолетняя) - **1-35**, Эшшольция (2 вида) - **1-43**, Гвоздика китайская, Капуста декоративная листовая, Петуния однолетняя (3 вида) - **1-50**, Гвоздика турецкая двулетняя, Лакфиоль - **1-65**, Кореопсис - **1-73**, Нивянник многолетний - **1-80**, Василек сиреневый, Гвоздика перистая, Люпин многолетний - **2-00**, Капуста декоративная кочанная - **2-70**.

СТИМУЛЯТОР РОСТА:
Иммуноцитофит - 9-75
(1 упаковка - 10 таблеток на 20 литров раствора)

МИНИМАЛЬНЫЙ ЗАКАЗ - 80 руб. + почтовые расходы

Чем больше заказ, тем меньше почтовые расходы! (в процентном отношении)

Заказы присылать по адресу:
119017, Москва,
Бол. Толмачевский пер., д.3
Фирма "МарС"

по факсам: **(095) 953-30-75, 951-73-56**
по электронной почте:
mars@mar-s.ru

СИСТЕМА СКИДОК ПРИ СУММАХ БОЛЕЕ:
1000 руб. - 5%
2000 руб. - 9%
3000 руб. - 13%

Заказы свыше 2000 руб. выполняются после предоплаты почтовым переводом в размере 50% от стоимости заказа по указанному адресу, получатель: **Маршак И.И.** Эти заказы и копию квитанции об оплате высылайте только **заказным письмом или по факсу.**

ПРИ ОПТОВОЙ ПРОДАЖЕ НА МЕСТЕ ПРЕДУСМОТРЕНЫ СКИДКИ ОТ 30% ДО 50% ОТ УКАЗАННЫХ ВЫШЕ ЦЕН!

НАСТОЯЩИЙ МУЖЧИНА

И ВДОЛЬ, И ПОПЕРЕК

Как красить потолок? От окна или параллельно ему? А то мне и так, и так советуют.

Анна ЗОТОВА.
Бийск Иркутской области.

А красить потолок можно и так и эдак! Только есть одна хитрость. Обычно потолок покрывают в два-три слоя, чтобы покрытие было более, как говорят маляры, "укрывистым". И последний слой наносят только "от света", то есть мазками, перпендикулярными линии окна. Иначе на потолке проявится "рельеф". Каждый последующий слой надо наносить перпендикулярными мазками по отношению к предыдущему.

Что делать с потолками? Там плиты сходятся - одна ниже другой, чем их задекасишь - все трескается.

Вера ФЕДОРОВА.
г. Новокузнецк

ИЗ ВЕТВЕЙ И ПРУТЬЕВ

Современный дизайн внутренних интерьеров жилой квартиры потихоньку приедается. Хочется чего-то живого, природного. Картин, комнатных растений уже недостаточно, поэтому можно самому неплохо оживить, приблизить к естеству вполне современные вещи.

На **рисунке** показан вариант журнального столика, быть может, тумбочки под телевизор, небольшого бара, стола под компьютер, сделанного с использованием обычных прутьев. Естественно, они неровные, бывают даже корявые, но зато живые. И только от вашего вкуса зависит выбор породы дерева или кустарника для боковых стенок, оснований или даже крышки стола.

Это могут быть ветви ели, березы, ивы, клена, орешника. Оригинально смотрятся стенки из краснотала.

Процесс изготовления подобных поделок несложен, но требует аккуратности. Во-первых, нужно постараться подобрать стебли примерно одинаковой толщины, хотя верхние их части будут всегда тоньше. Затем следует разметка сверлений в основании нашего столика и его крышке. Оптимальное удаление центров будущих отверстий 5-10 см друг от друга.

Отверстия в основании столика могут быть большего диаметра и сверлятся насквозь. Отверстия снизу крышки высверливаются не более чем на две трети ее толщины с диаметром по усредненной толщине верха стеблей. Все основания и верхушки прутьев подгоняются под диаметр сверл, для чего лишнее состругивается. Чтобы не было в дальнейшем усадки, прутья следует хорошо просушить - они станут легкими и негибкими. Небольшая их кривизна - не недостаток, а достоинство.

Перед сборкой конструкции кору можно покрыть бесцветным или цветным лаком, лучше - полуматовым. После высыхания лака концы прутьев и отверстия под них промазываются клеем и плотно подгоняются в отверстия основания. Такая же операция производится и с крышкой (столешницей).

Когда клей (столярный, ПВА, эпоксидный) высохнет, останется выпилить четыре чурбачка диаметром в 3-4 раза толще прутьев и прикрепить к низу основания столика. Естественно, чурбачки должны быть той же породы дерева, что и прутья. Когда вещь будет готова, у вас точно появится желание сделать "для комплекта" еще что-либо подобное. Что ж, на этом же столике отлично смотрятся рамка под фото, настольное зеркало из распиленных вдоль таких же точно прутьев, а рядом, на стене, - деревенский пейзаж в подобной раме.

Сергей ДМИТРИЕВ.

- одна ниже другой, чем ни заделаешь - все трескается.

Вера ФЕДОРОВА.
г. Новокузнецк Кемеровской области.

тала.

Процесс изготовления подобных поделок несложен, но требует аккуратности. Во-первых, нужно постараться

разметка сверлений в основании нашего столика и его крышке. Оптимальное удаление центров будущих отверстий 5-10 см друг от друга.

Отверстия в основании сто-

сострогивается. Чтобы не было в дальнейшем усадки, прутья следует хорошо просушить - они станут легкими и негибкими. Небольшая их кривизна - не недостаток, а достоинство.

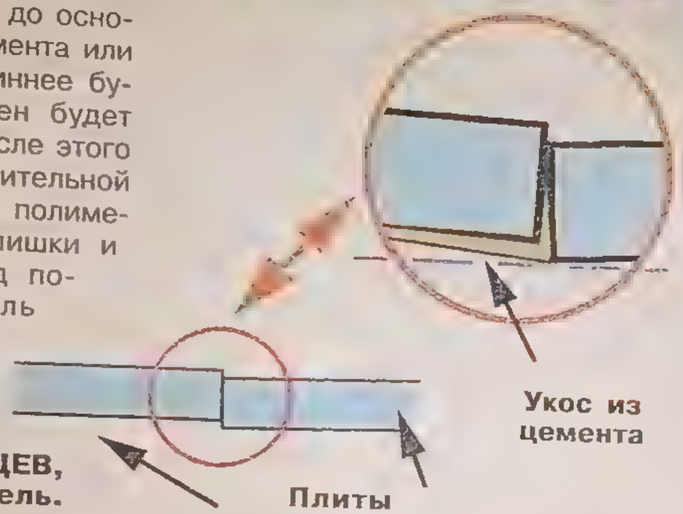
Перед сборкой конструк-

ное зеркало из распиленных вдоль таких же точно прутьев, а рядом, на стене, - деревенский пейзаж в подобной раме.

Сергей ДМИТРИЕВ.

ПОРОГ НА ПОТОЛКЕ

Вам прежде всего надо убрать "порожек". Кардинально решить эту проблему вы не сможете, поэтому ограничьтесь косметическим вариантом. Размойте потолок от побелки до основания и выведите укос из цемента или строительной смеси. Чем длиннее будет укос, тем менее заметен будет "порожек" **(см. рисунок)**. После этого щель можно заполнить строительной пеной из баллончика. После полимеризации пены обрежьте излишки и покрасьте ее. Можно перед покраской наложить на щель (на языке строителей ее называют - руст) полосу строительного бинта.



Федор ЗАЙЦЕВ, строитель.

У нас разболтались перекладины стула, ходят в пазах свободно. Мы подклеивали, но они вылетают опять, болтаются. Как нам укрепить стул?

Андрей ПЕТРЕНКО. Омск.

ВНУТРЕННИЙ КЛИН

Вам надо поставить так называемый внутренний клин. Вырежьте из стали клин **(см. рисунок)**, вбейте его в торец шипа выпадающей перекладины и потом уже вбивайте перекладину в гнездо. Клин, упираясь в дно гнезда, будет входить в перекладину все глубже, распирая ее в гнезде. При необходимости можете смазать гнездо и шип столярным клеем, но обычно этого не требуется - внутренний клин надежно удержит перекладину в гнезде.

Алексей ТУМАНОВ.

ТЕХНОСОФТ - Компьютерный центр

Ⓜ Бауманская, ул. Старая Басманная, д. 25. Тел.: 261 3401. E-mail: contacts@pclife.ru

Логотипы Intel Inside® и Pentium® являются зарегистрированными товарными знаками Intel Corporation

ЕСТЬ УПРАВА И НА КЛЯКСУ

Как бы мы ни старались аккуратно обходиться с утюгом, все равно рано или поздно его подошва загрязняется, а порой на ней остаются следы окалины. Поэтому сегодня в Клубе взаимопомощи наши читатели предложили Ирине ТИТОВОЙ из Новосибирска свои способы восстановления рабочей поверхности утюга.

Например, **Елена ГРИГОРЬЕВА** из Новороссийска советует чистить утюг тряпочкой, смоченной в уксусе, а лучше всего - солью. Слегка нагрейте утюг и поводите им по соли, насыпанной на лист бумаги.

Предложила свои способы и **Ольга МАКАРОВА** из г. Ярцево Смоленской области.

Намочите тряпочку, посыпьте содой и хорошо потрите подошву утюга. А еще можно намочить губку, обмакнуть в древесную золу и почистить загрязненные места.

Подошва утюга снова станет блестящей, если предварительно нагретым (но не очень горячим) утюгом поте-

Получила ответ на свой вопрос о том, как вывести чернильные пятна с ковра и **Тамара НАТАЛУШКО** из Красноярска. Вот что рекомендует ей **Лидия ЩЕРБАК** из г. Златоуст Челябинской области.

Чернильные пятна с ковра удаляют кипящим молоком, лимонным соком, крепким раствором лимонной кислоты или уксуса. Такие пятна можно также снять, если последовательно применять молоко и кислоту.

Пятна от шариковой ручки выводятся денатуратом.

Пятна от цветной туши удаляют водным раствором буры

Пятна от чернил и ржавчины на полотне удаляют соком спелых помидоров.

Чернильные пятна можно вывести:

раствором нашатырного спирта и питьевой соды из расчета чайная ложка спирта и 1-2 чайные ложки соды на стакан воды;

лимонным соком. Для этого нужно выжать сок на ватку, приложить к пятну, вычищенное

перекиси водорода и нашатырного спирта (по одной чайной ложке на стакан воды);

с цветных тканей - смесью глицерина и денатурированного спирта (2 части глицерина и 5 частей спирта).

На кожаных изделиях пятна убираются теплым молоком. С клеенки - с помощью спичек. Для этого нужно намочить пятно водой и потереть его головкой спички (при необходимости повторить).

Чернильные пятна с ли-

но менять по мере того, как оно темнеет. После исчезновения пятен изделие можно промыть в прохладной воде, а затем - в слабом мыльном растворе. С цветных, шерстяных и шелковых материалов чернильное пятно можно вывести с помощью подогретой уксусной кислоты. Уксусную эссенцию разбавьте пополам с водой и этот раствор нагрейте до 30 градусов. В нагретую жидкость погрузите пятно и держите около минуты. Или покройте пятно мокрой тряпкой и прогладьте горячим утюгом. Повторяйте это несколько раз, пока растворенные чернила не перейдут на тряпку.

После обработки материи уксусной эссенцией пятно посыпьте питьевой содой или смочите нашатырем. Еще можно воспользоваться подогретым чистым глицерином. Остатки глицерина легко смываются теплой водой.

Помогли наши читатели и **Е. ПОДКОРЫТОВОЙ** из Нефтеюганска Тюменской области, рассказав, как восстановить новую скатерть, закапанную воском от свечи.

Вот что предложила **Альбина МАКАРЕНКО** из Челябинска.

Прежде чем удалять пятна, осторожно снимите с материи воск или стеарин. Потом на пятно положите листок папиросной или промокательной бумаги и прижмите не очень горячим утюгом, передвигая бумагу, пока она не впитает в себя весь жир. Если пятно небольшое, то вместо утюга можно нагреть на огне лезвие обычного столо-

сыпьте содой и хорошо потрите подошву утюга. А еще можно намочить губку, обмакнуть в древесную золу и почистить загрязненные места.

Подошва утюга снова станет блестящей, если предварительно нагретым (но не очень горячим) утюгом потереть о бумагу, на которую ровным слоем насыпана соль и мелко наструганный парафин, утверждает **Алина КОЛПАКОВА** из Самары.

удаляют кипящим молоком, лимонным соком, крепким раствором лимонной кислоты или уксуса. Такие пятна можно также снять, если последовательно применять молоко и кислоту.

Пятна от шариковой ручки выводятся денатуратом.

Пятна от цветной туши удаляют водным раствором буры или нашатырным спиртом. Затем пятно промывают теплой мыльной водой с нашатырным спиртом.

спелых помидоров.

Чернильные пятна можно вывести:

раствором нашатырного спирта и питьевой соды из расчета чайная ложка спирта и 1-2 чайные ложки соды на стакан воды;

лимонным соком. Для этого нужно выжать сок на ватку, приложить к пятну, вычищенное место промыть водой, затем насухо вытереть полотняной тряпочкой;

с белых тканей - смесью

глицерина и денатурированного спирта (2 части глицерина и 5 частей спирта).

На кожаных изделиях пятна убираются теплым молоком. С клеенки - с помощью спичек. Для этого нужно намочить пятно водой и потереть его головкой спички (при необходимости повторить).

Чернильные пятна с линолеума удаляют наждачной бумагой или пемзой. После такой обработки на линолеуме остаются следы, которые нужно тщательно протереть растительным маслом (лучше всего льняным) или олифой, а затем хорошо отполировать шерстяной мягкой тряпочкой.

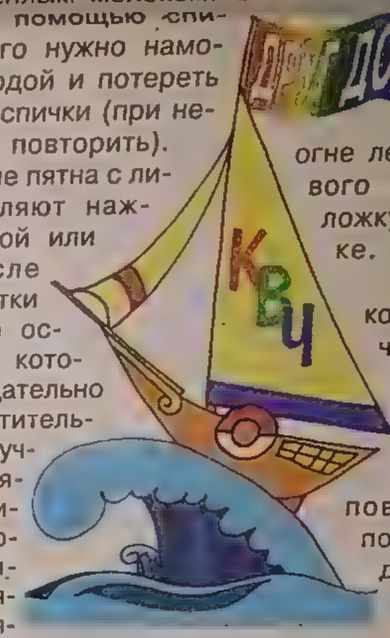
Чернильные пятна на некрашеном полу прежде всего надо промокнуть ваткой или промокательной бумагой, а затем смочить лимонным соком, крепким раствором уксуса или щавелевой кислоты.

Чернильные пятна с паркета можно удалить персолью. Кашицу порошка втирайте в пятна и оставьте на ночь, потом смойте горячей водой. При необходимости процедуру повторите. Вместо персоли можно использовать перекись водорода, добавив на пузырек перекиси несколько капель нашатырного спирта. Горячая уксусная эссенция - тоже хорошее средство для удаления чернильных пятен с паркета. После очистки светлые участки нужно закрасить средством для натирки пола, подгоняя цвет под окраску всего паркета.

Вывести чернильные пятна разведенным нашатырем и раствором питьевой соды предлагает **Валентина РУЖНИКОВА** из г. Усолье-Сибирское Иркутской области.

Можно воспользоваться и теплым молоком. Молоко нуж-

папиросной или промокательной бумаги и прижмите не очень горячим утюгом, передвигая бумагу, пока она не впитает в себя весь жир. Если пятно небольшое, то вместо утюга можно нагреть на огне лезвие обычного столового ножа или приложить ложку, согретую в кипятке.



Стеариновые и восковые пятна можно почистить спиртом или одеколоном. А вот если нужно вывести эти пятна с плюшевой или бархатной поверхности, утюгом пользоваться не следует. Он может повредить ткань. Лучше воспользуйтесь спиртом или скипидаром.

А ТЕПЕРЬ НОВЫЕ ВОПРОСЫ, ПРИСЛАННЫЕ В КЛУБ ВЗАИМОПОМОЩИ НАШИМИ ЧИТАТЕЛЯМИ

Как нужно правильно хранить хлеб, чтобы он долго не черствел? И какие блюда можно приготовить из черствого хлеба?

Виктор КРЫЛОВ.
г. Сосновый Бор Ленинградской области.

Мои дети зимой обычно носят валенки. Но они часто рвутся. Как продлить срок службы валенок?

Мария ШУРКОВА.
Иркутск.

СКАЖИ: "ИЗЮМ!"

Название "изюм" пришло к нам из тюркского языка и означало "виноград" вообще. Теперь же этим словом называют только сушеный виноград.

Для сушки отбирают виноград с тонкой кожицей и небольшим количеством косточек или совсем без них, с мясистой мякотью, которая содержит не менее двадцати процентов сахара. Лучшие сорта винограда с высокосахаристыми ягодами, пригодные и для сушки, и для виноделия, выращивают преимущественно в Средней Азии.

Такие бессемянные сорта, как сабза, бидана, шигани, сояги, высушенные на солнце, называются кишмишем. Чаще всего он бывает белым или черным. Сорта с косточками - малага, гермиан, черная чиляги и авлон, сушенные на солнце или в тени, и есть собственно изюм. И в кишмише, и в изюме содержание сахара достигает 87,5 процента, поэтому они вполне могут заменить традиционные сладости, которые обычно подают к чаю или кофе. Такой десерт еще и полезен - хорошо питает сердечную мышцу.

При желании можно изготовить изюм и в домашних условиях, благо на рынках в сезон много "живого" винограда. Перед сушкой ягоды нужно опустить на три-пять секунд в пятипроцентный раствор питьевой соды, нагретый до 95-97 градусов. Потом под струей чистой воды сразу же их промыть и разложить на противне, лучше эмалированном. В результате такой обработки на поверхности виноградных ягод образуется множество мельчайших отверстий, что способствует ускорению сушки. При сушке в печи температура не должна превышать 65-75 градусов.

Этот вкусный и питательный продукт широко используется при изготовлении кондитерских и хлебобулочных изделий, во многих блюдах.

Приготавливая дрожжевое тесто для выпечки сдобных булочек с изюмом или куличей, нужно заранее перебранные и хорошо промытые ягоды просушить на салфетке или полотенце, а потом обвалять в муке. Тогда изюм при выпечке не опустится в нижнюю часть теста, а распределится в нем равномерно.

Изысканный вкус придает изюм и различным пловам, особенно мясным. Чтобы изюм органично "вошел" в состав такого плова, ягоды нужно правильно подготовить: не только хорошо промыть, но дать набухнуть в воде. Практичнее ягоды залить кипятком, подержать три-четыре минуты и воду слить. На слабом огне поджарить на сливочном масле набухшие изюминки и только после этого положить в плов за десять минут до его готовности.

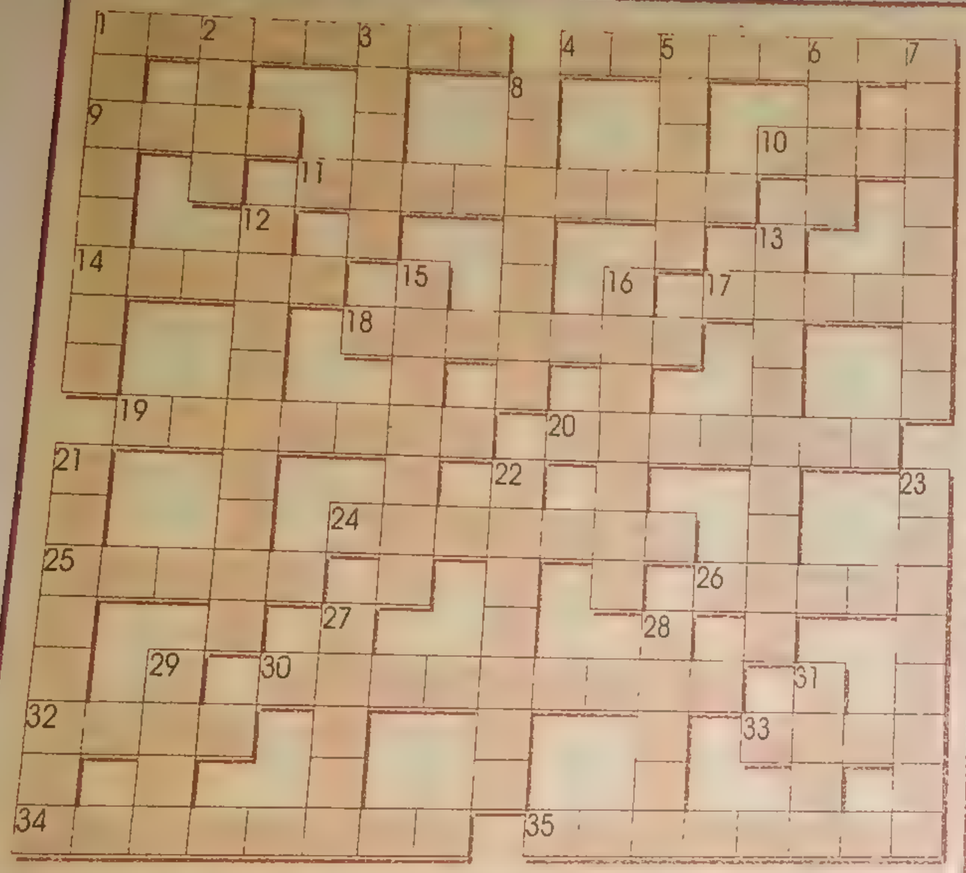
Изюм и кишмиш используют в разных начинках для пирогов, пирожков, ватрушек и кулебяк. Чаще всего в сочетании с рисом или пшеном, тертыми яблоками и тыквой.

Очень вкусную начинку можно приготовить для песочного теста. Нужно взять стакан изюма или кишмиша и столько же чищеных грецких орехов, полстакана густого варенья или джема. Изюм переберите, освободите от веточек и других включений, промойте, просушите на салфетке, затем вместе с орехами пропустите через мясорубку. Полученную смесь, перед тем как выкладывать на тесто, смешайте с вареньем. Такую начинку можно использовать для рулета.

Если обычную пшенную или рисовую молочную кашу сдобрить горстью кишмиша, она сразу приобретет вкус праздничной еды. Иной вкус придаст изюм и вареной тертой свекле, в которую неплохо добавить цедру лимона и по вкусу лимонного сока.

Евгения ПЕНОВА.

СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ



ДЛЯ ЖЕНЩИН

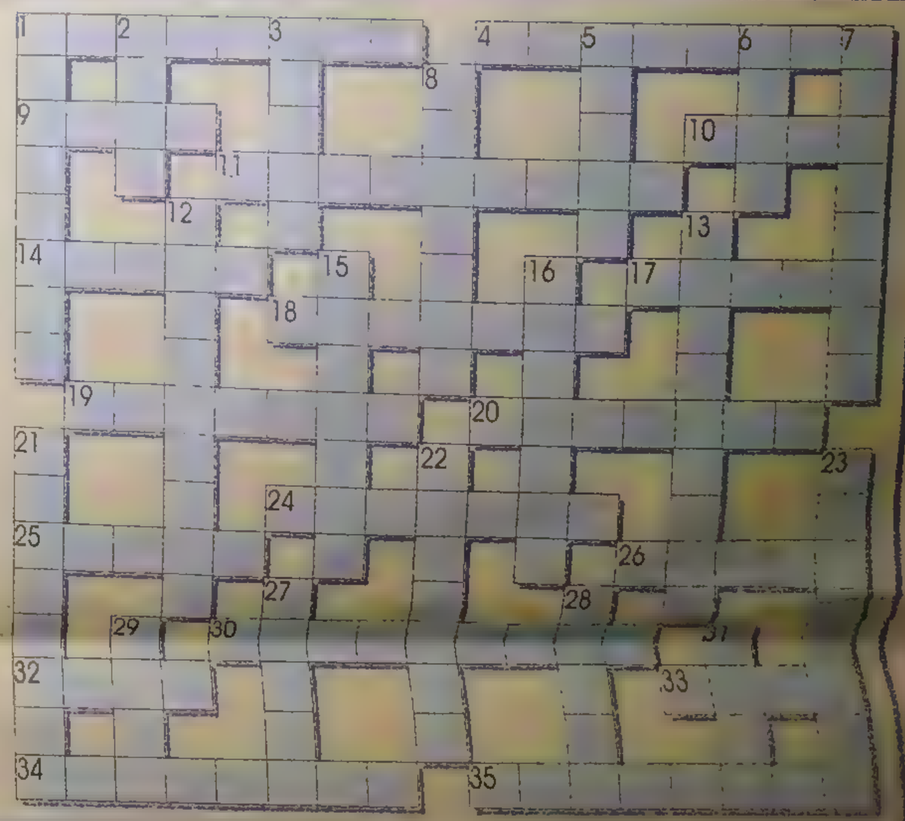
По горизонтали. **1**. Неофициальный спутник жизни. **4**. Учебное пособие, не жалуемое многими учителями. **9**. Европейская столица внутри каждого из нас. **10**. Бывает прямой, тупой и острый. **11**. Ювелирное украшение, подтверждающее поговорку "Не все то золото, что блестит". **14**. Растительная подстилка пастбищ и газонов. **17**. Блюдо из яиц с молоком. **18**. Легкое покрывало для постельной подушки. **19**. Один из музыкальных инструментов "замечательного соседа" (песенное). **20**. Небольшая торговая точка. **24**. Перстень с гравировкой. **25**. Двусторонний шерстяной ковер. **26**. Кусок ткани на платье. **30**. Кусатель обратной стороны груди. **32**. Одни ее мечут, а другие едят ложками. **33**. Острый перец. **34**. Знак нотного письма. **35**. Цитрусовое дерево, используемое в парфюмерии.

По вертикали. **1**. Небольшая комнатная собачка породы борзых. **2**. Заведение с мужским и женским отделениями. **3**. Часть чайника. **5**. "Девушка плачет: жениха все нет, ее утешают, а ... летит" (песенное). **6**. Состояние полного довольства. **7**. Предмет женской галантереи. **8**. Еда без скатерти - по мнению Геннадия Малкина. **12**. Бумажка, помогающая вернуть свое. **13**. "Задворки" партера в зрительном зале. **15**. Неодушевленная топ-модель. **16**. Праздничная прическа. **21**. Корень тюльпана. **22**. Первая "запачканная" балерина. **23**. Маляр на поприще косметологии. **27**. Жидкая закваска для теста. **28**. Если у вас его нет, то принимать решение легче. **29**. Законное замужество. **31**. Страна кошек и близняшек.

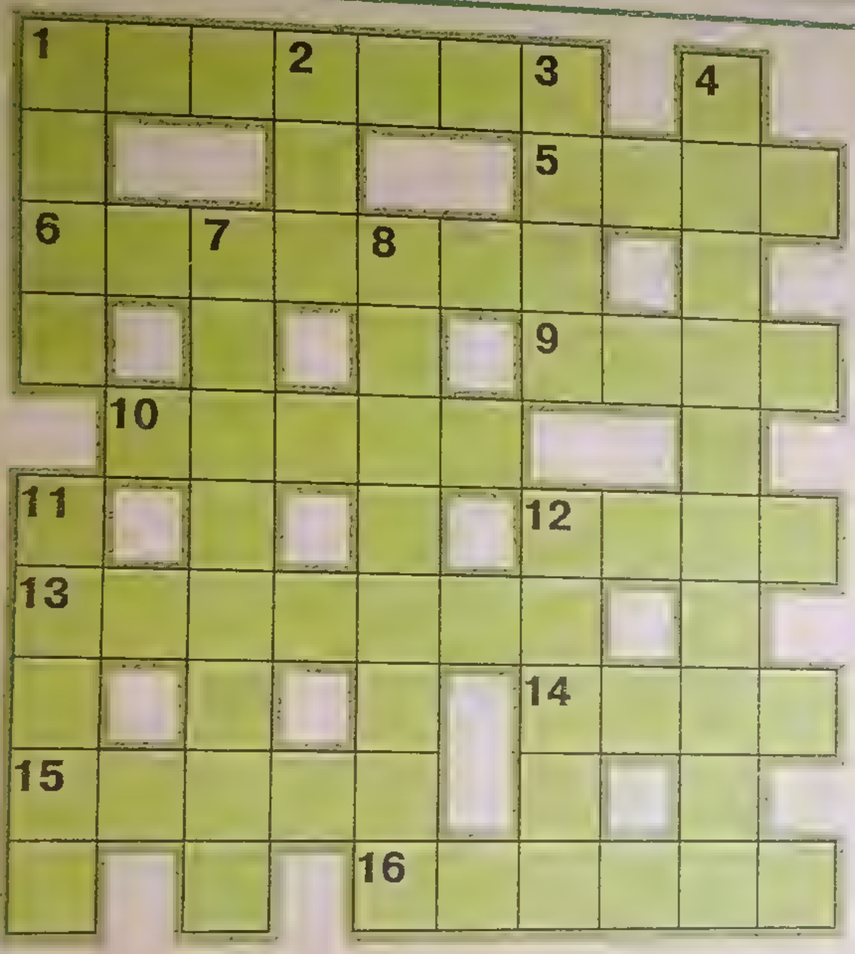
ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **1**. Водка, в которой плавает стручок. **4**. Уголовно наказуемый пацифист. **9**. Нелюбимая страна Бушей. **10**. "Друг всегда уступить готов место в шлюпке и ..." (песенное). **11**. Ребенок, который перестал тырить конфеты и начал тырить сигареты. **14**. Что обычно стоит на блюдце? **17**. Бразды правления у сидящего на козлах. **18**. Инакомыслие для КГБ. **19**. Любовник на коммерческой основе. **20**. Высокопоставленный чиновник без портфеля. **24**. "Бычок" по-иному. **25**. Так называется белая русская керамика, расписанная синей краской. **26**. То, под чем женщины скрывают свои недостатки, а мужчины - достоинство. **30**. Стройплощадка для зодчего в начале карьеры. **32**. Кто из русских самодержцев достиг максимального порядкового номера? **33**. Плотный зернистый снег ледников. **34**. Человек, взявший за правило не соблюдать правила, особенно правила поведения. **35**. Главный компонент фирменного флотского блюда.

По вертикали. **1**. Это разум глупцов - по мнению Пьера Буаста. **2**. Персидский "рубль". **3**. Приглашение поколоться шпагами. **5**. Место, из которого шахтер дает стране угля. **6**. Туловище без головы и конечностей. **7**. Оружие для охоты на медведя. **8**. Истинность, доказанная Пифагоровыми штанами. **12**. Холодное оружие хирурга. **13**. В чужой ... со своим уставом не ходят (поговорка). **15**. Английский город, давший название нулевому меридиану. **16**. Добыча философского камня. **21**. Что ослаблено у того, кто кашки ест мало, а водочки пьет много? **22**. Процесс заострения ножей. **23**. Их можно избежать двумя способами: оставаясь либо холостым, либо женатым. **27**. Автор картины "Приплыли!" **28**. Мексиканский абориген. **29**. Лист, которым победитель может поделиться с поваром. **31**. Ничто так не старит человека, как это, по мнению Семена Альтова.



красная, расписанная синей краской. **26.** То, под чем женщины скрывают свои недостатки, а мужчины - достоинство. **30.** Стройплощадка для зодчего в начале карьеры. **32.** Кто из русских самодержцев избежать двумя способами: оставаясь либо холостым, либо женатым. **27.** Автор картины "Приплыли!" **28.** Мексиканский абориген. **29.** Лист, которым победитель может поделиться с поваром. **31.** Ничто так не старит человека, как это, по мнению Семена Альтова.



ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. "А орешки не простые, все скорлупки золотые, ядра - чистый ...". **5.** Флагоподниматель КВН. **6.** Неприятное состояние, в которое может впасть боксер. **9.** С этого слова начинается телефонный разговор. **10.** Корабельный "тормоз". **12.** След дождя на тротуаре. **13.** Канцелярская прищепка. **14.** Кофейное средство для гадания. **15.** Место, где Муха-Цокотуха выгодно потратила найденную в поле денежку. **16.** Велосипед "два в одном".

По вертикали. 1. Первый летний месяц. **2.** Лакомство от пчелы. **3.** Холм, из которого песок сыплется. **4.** Член предложения. **7.** Из нее делают поп-корн. **8.** Место сбора отправляющихся на небеса. **11.** Важный человек. **12.** Он придумал старика Хоттабыча.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 1

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **3. Сумо. 7. Гетера. 8. Лавр. 9. Лира. 10. Какапо. 13. Табу. 15. Филе. 16. Рубаха. 17. Нора. 18. Хаки. 20. Укладка. 21. Азу. 22. Оправа. 24. Загс. 27. Рагу. 28. Янтарь. 29. Брахма. 30. Весы. 31. Амур.**

По вертикали. **1. Нега. 2. Жена. 3. Сало. 4. Морщина. 5. Вата. 6. Фрау. 10. Корбут. 11. Кабала. 12. Походка. 13. Тени. 14. Береза. 18. Хаос. 19. Корона. 21. Авраам. 23. Кафе. 24. Зубы. 25. Град. 26. Пьер. 28. Ямб.**

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **3. Вега. 7. Капоне. 8. Дыра. 9. Хрущ. 10. Повеса. 13. Пиза. 15. Вино. 16. Тетива. 17. Явор. 18. Торс. 20. Ноздрев. 21. Кай. 22. Евклид. 24. Звон. 27. Межа. 28. Шомпол. 29. Янычар. 30. Блиц. 31. Счет.**

По вертикали. **1. Лазо. 2. Поле. 3. Веха. 4. Грузило. 5. Лыжи. 6. Чаша. 10. Патент. 11. Витязь. 12. Суворов. 13. Пояс. 14. Зоосад. 18. Твен. 19. Рокфор. 21. Кирпич. 23. Жезл. 24. Заяц. 25. Опыт. 26. Плот. 28. Шар.**

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. **1. Штраус. 7. Пират. 8. Омар. 9. Единица. 10. Джюс. 11. Шторм. 12. Снег. 15. Окрошка. 17. Тигр. 18. Алфавит.**

По вертикали. **2. Таможенник. 3. Адрес. 4. Спринтер. 5. Проигрыш. 6. Штраф. 13. Гора. 14. Карт. 16. Оса.**

Рисунок Татьяны ЗЕЛЕНЧЕНКО.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)915-44-51
КРАСНОДАР И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
(8612)35-05-02

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по развитию Валентин УПОЛОВНИКОВ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватели Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ирины БУРСКОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Николая КАРДАКОВА, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ, Анны ЯНИНОЙ и ИТАР-ТАСС.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком Ⓚ, печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 186200 экз. Заказ № 02
Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 25.12.2002 г. в 19.00.
Подписано в печать 25.12.2002 г. в 17.00.

ДРУГ ДОМА

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

№5/261
2003
Февраль

Выходит четыре раза в месяц

МАЛАХИТ НА МИЗИНЦЕ

Расскажите, пожалуйста, на каком пальце перстни с какими камнями нужно носить?

Мария КОЛЕЧКИНА.
Волгоград.

Не все знают, что энергетические центры нашего тела имеют свои цвета. Поэтому и ладонь, на которую проецируются все чакры, излучает все семь цветов спектра.

Большой палец, под которым находится холм Венеры, имеет ауру синего цвета, указательный (Юпитер) - голубую, средний (Сатурн) - фиолетовую, безымянный (Солнце) - красную, мизинец (Меркурий) - зеленую.

Отсюда и рекомендации к выбору перстней: цвет камня и пальца должны совпадать. А если еще и надевать перстень в день недели, управляемый той же планетой, эффект усилится. Например, на указательный палец нужно носить перстень с голубым камнем (лазуритом, сапфиром, аквамарином, бирюзой) по четвергам. К перстню и камень, и день не-

С ТРОСТЬЮ - ПО СНЕЖКИ

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **500 рублей** каждому.

По итогам конкурсов в "Друге дома" № 4 кулинарный приз получают "Бабушкины снежки" - вкусная сладость, которую готовит своим внукам **Нина Владимировна МЯГКОВА** из с. Большая Дмитриевка Саратовской области. Приз получает также пенсионер **Игорь Степанович ВАНОШИН** из Нижнего Новгорода, рассказавший, как сделать удобную трость для ходьбы людям с больными ногами.

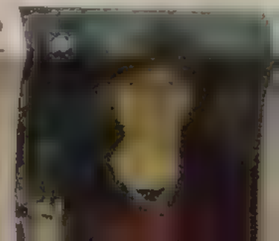
Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

ЗАПОЛНИШЬ АНКЕТУ - ПОЛУЧИШЬ ПРИЗ!

Алексей, Татьяна и Анжела ХОЛОНДОВИЧ

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**



ауры пальца должны совпадать. А если еще и надевать перстень в день недели, управляемый той же планетой, эффект удвоится. Например, на указательном пальце нужно носить перстень с голубым камнем (лазуритом, сапфиром, аквамарином, бирюзой) по четвергам. И палец, и камень, и день недели соответствуют Юпитеру.

Минералы этих тонов полезны при ревматизме, ожогах, заболеваниях печени. Они способствуют быстрому восстановлению голосовых связок. Впрочем, тот же эффект может быть достигнут, если носить синие камни на большом пальце.

Аметисты и александриты лучше надевать на средний палец. Фиолетовый - это цвет сознательной энергии. Поэтому он хорошо влияет на людей, страдающих нервными заболеваниями, психическими расстройствами, бессонницей и перенесших сотрясение мозга. Кстати, такие камни хорошо подходят людям творческих профессий.

На безымянном пальце лучше носить красные камни - рубины, гранаты, красные сердолики, кораллы. Они нормализуют работу сердечно-сосудистой системы, улучшают состав крови. Но это очень активный, энергичный цвет, и поэтому им

нельзя злоупотреблять - могут возникнуть головные боли и перенапряжение нервной системы. Противопоказаны такие минералы людям тучным, раздражительным и легковозбудимым.

Зеленый цвет - это цвет бессмертия, возрождения, стабилизации. Зеленые камни (изумруды, малахит, хризопраз) снимают аритмию, нормализуют давление, восстанавливают функции нервной системы, помогают при головных болях и проблемах со зрением. А носить соответственно зеленые камни следует на мизинце.

И несколько слов о других самоцветах.

Оранжевые камни - яшма, сердолик, опал придают своим владельцам бесстрашность, гордость, благородство. При этом хорошо восстанавливают нервную и мышечную ткань, эффективны при болезнях селезенки. Также незаменимы для людей с легочными заболеваниями и особенно с бронхиальной астмой.

Желтые камни - это "застывший солнечный свет", тонизирующий наш организм. Наиболее благоприятен для поддержания органов брюшной полости. Так что язвенникам, печеночникам и почечникам наиболее предпочтительны украшения из янтаря, берилла и желтого топаза.

Черные камни - наиболее доступны из них гагат, гематит, обсидиан, черный агат - несут в себе колоссальную сконцентрированную энергию. Но будьте осторожны: она может быть направлена в зависимости от их владельца либо на созидание, либо на разрушение.

В противоположность черному белый цвет олицетворяет добро, удачу, исцеление от недугов, очищение и приумножение. Это активный женский цвет.

Белые камни - горный хрусталь, алмаз, фионит, жемчуг восстанавливают структуру мозговых тканей, успокаивают нервную систему.

Александра ИЛЬИНСКАЯ.

ХОРОШИЙ СОВЕТ

Дорогие читатели!

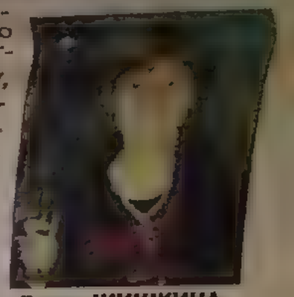
Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло и его очередное приложение "Хороший совет". Главная тема - особенности зимней рыбалки.

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции.

Алексей, Татьяна и Анжела ХОЛОНДОВИЧ

Лариса КОРОЛЕВА

Дит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**.



Вера ШИШКИНА

Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном случае - до 24 февраля 2003 года**. Дату будем определять по почтовому штемпелю. Если есть желание, присылайте свои фотографии.

Людмила КОРОСТЕЛЕВА

По итогам розыгрыша анкет из **"Друга дома" № 7 за прошлый год** в счастливую дюжину попали **Марина Николаевна БОЛДЫРЕВА** из Омска, **Лариса Геннадиевна ГРИГОРЬЕВА** из Москвы, **Лариса Ивановна ДЕГТЯРЕВА** из г. Борисоглебск Воронежской области, **Лариса Васильевна КОРОЛЕВА** из Воркуты, **Людмила Николаевна КОРОСТЕЛЕВА** из г. Елец Липецкой области, **Антонина Петровна ЛОЕНКО** из Новосибирска, **Флюра Мидхатовна НИЗАЕВА** из пос. Новая Игирма Иркутской области, **Ирина Борисовна ПАРЕЦКАЯ** из г. Нижний Тагил Свердловской области, **Надежда Васильевна ПЕТУХОВА** из Перми, **Татьяна Григорьевна ТАРАСОВА** из г. Анапа Краснодарского края, **Татьяна Васильевна ХОЛОНДОВИЧ** из г. Таруса Калужской области и **Вера Владимировна ШИШКИНА** из Владивостока.

Флюра НИЗАЕВА с дочкой Гульнарой и сыном Артуром

Поздравляем победителей!

"Друг дома" № 5

Фамилия, имя, отчество_____

Домашний адрес_____

Хочу спросить у "Друга дома" о... _____

"Друг дома" выписываю; покупаю: 4 раза в месяц; 3 раза в месяц; 2 раза в месяц; 1 раз в месяц; крайне редко; этот номер первый

(нужное подчеркнуть).

Чтобы принять участие в розыгрыше призов, ответы необходимо отправить до 24.02.2003 г.

В КРУГУ СЕМЬИ

КОЛЬ БЕРЕШЬ - КЛАДИ НА МЕСТО

Это Оленьке известно:
Что брала - клади на место.
Только девочка мала,
Забывает, где взяла.

Хорошо, когда у ребенка есть свой уголок, где можно спокойно, никому не мешая, поиграть, порисовать, посмотреть книжки. Это не только дает чувство уюта, но и приучает к самостоятельности, воспитывает аккуратность (ведь родители просят поддерживать порядок). Положить каждую вещь на свое место для маленького ребенка - нелегкое дело. Вот тут и пригодится органайзер, на каждом отделении которого руками заботливой мамы будет наклеена картинка. По этому "адресу" малыш без труда уберет и книжки, и карандаши, и альбом для рисования. А сделать такой органайзер совсем нетрудно своими руками.

Вам понадобятся:

1. Коробка из плотного картона размерами примерно 22 см х 23 см х 10 см или две картонные коробки из-под геркулеса (1 кг) и еще несколько коробок меньших размеров.
2. Клей ПВА.
3. Ножницы.
4. Степлер.
5. Цветной и прозрачный скотч.
6. Картинки-"адреса" с изображением вещей, которые будут храниться в органайзере (их можно вырезать из рекламных проспектов, каталогов, детских книжек или нарисовать самим).
7. Готовые наклейки или самоклеящаяся бумага для украшения.

Начните со списка того, что вы хотели бы убирать в органайзер. У меня он получился таким: книги большие (20 х 26 см), книги маленькие (13 х 17 см), альбом для рисования, цветная бумага, ножницы, линейка, карандаши, фломастеры, клей-карандаш, кисти. К каждому пункту этого списка подберите или нарисуйте картинку-"адрес". Число отделений будущего органайзера равно числу адресов. Но при желании (или нехватке коробок) можно объединить близкие по размерам вещи в одном отделении.

За основу возьмите самую большую коробку. Ее можно обрезать так, чтобы передняя стенка была ниже задней и не скрывала содержимого. Если коробка широкая (7-10 см), разделите ее посередине, вклеив внутрь стенку из плотного картона или еще одну более плоскую коробку. У вас получится соответственно 2 или 3 больших отделения для книжек, альбома, цветной бумаги и так далее. Если нет готовой коробки подходящего размера, можно сделать ее из двух коробок поменьше. Удобно использовать упаковки от геркулеса (1 кг). У обеих коробок отрежьте верхнюю и боковую стенки, вставьте одну в другую до получения необходимой ширины (около 23 см) и закрепите в таком положении клеем и скрепками. Эффектно смотрится упаковочная коробка от шоколадных яиц. Если такая окажется в вашем распоряжении, вклейте в нее уже собранную конструкцию со сдвигом (см. фото). Вы получите боковой карман, например, для маленьких книжек и длинное отделение впереди. Его можно разделить на части картонными перегородками или плоскими коробочками и использовать для хранения карандашей, кисточек и так далее.

Следующая стадия - прикрепление к основе мелких отделений. Для фломастеров и пр. подойдут плоские коробочки от лекарств, шоколада и самих фломастеров. Обрежьте их так, чтобы ребенку было удобно доставать нужную вещь. Можно сделать круглое отделение. Для этого картонную трубочку от туалетной бумаги оклейте самоклеящейся пленкой или бумагой и прикрепите к основе или вставьте в отделение подходящего размера. Общее правило: все отделения присоединяйте по возможности и клеем, и скрепками. Когда конструкция будет собрана, укрепите ее снизу скотчем, а при необходимости - куском картона соответствующей формы.

Теперь отделка. На каждое отделение наклейте картинку-"адрес". Украсьте органайзер по своему вкусу аппликацией, готовыми наклейками (можно привлечь к этому делу малыша), цветным скотчем. Но избегайте излишней пестроты: картинки-"адреса" должны выделяться на общем фоне.

Работа закончена. Можно вместе с ребенком раскладывать все необходимое по адресам. Такой органайзер с успехом служил моему старшему сыну больше года. Тот, что вы видите на фото, послужит младшему. Буду очень рада, если эта идея пригодится и вам.

Наталия РАЗЛУЦКАЯ.

СО ЗЛОЙ ПАМЯТЬЮ ДОЛГО НЕ ПРОЖИВЕШЬ...

это заряженная дву-

можно увидеть, что чаще всего

нить, когда вы сами бывали не
правы (на улице, в кругу семьи

СО ЗЛОЙ ПАМЯТЬЮ ДОЛГО НЕ ПРОЖИВЕШЬ...

"А помнишь, как ты!.." С этой сакраментальной фразы, увы, начинаются почти все семейные конфликты. Мы с удовольствием втыкаем в самых близких и родных, своих благоверных, как раньше говорили, булавки и шпильки. Более того, у нас сегодня в ходу "шила", "пилы" и "топоры". Напоминая друг другу давнишние провинности и проступки, супруги превращаются порой в настоящих домашних садистов. Как мучит нас злая, недобрая память! Но отчего так трудно избавиться от злопамятства и забыть причиненные обиды, досады, боль и даже пустяки?

Плакать хочется: молодая пара собирается развестись, потому что он... не вынес мусорное ведро. Это ведро с тех пор фигурировало у Эллы и Романа во всех семейных диспутах. После того как Элла патетически начинала: "А как ты не вынес... ведро?!" - Роман выскребывал из памяти всех Эллиных ухажеров и... Одним словом, жизнь супругов, образно говоря, превратилась в ад. Смешно? Мне, глядя на них, плакать хотелось - так серьезно обсуждали они проблему "не сошлись характерами" на основе мусорного ведра...

Как же так получилось, что "ведро" в монологах Эллы перекочевало из "вчера не вынес" в "позавчера..."? Так и осталось на языке, в мыслях, в душе, чувствах? Как же она не смогла простить и забыть такую ничтожную мелочь?

В каждом из нас порой поднимается гнев. Только у одних людей гнев вырывается наружу, а у других долгое время тлеет внутри. Такое состояние и называется злопамятством.

Это злое качество сугубо внутреннее. Между тем его проявление наружу словом-упреком по силе бывает не менее разрушительным, чем открытое выражение гнева, как-то: перебитая посуда, удар кулаком по столу или с силой захлопнутая дверь. Злопамятство - это заряженная двустволка, которая висит на стене, а значит, непременно должна выстрелить. Хозяин этого ружья постоянно пребывает в тревожном напряжении душевных сил.

И человеку кажется, что, если он откровенно выскажет свою обиду близкому и родному, "заряд" иссякнет, обида пройдет. Но странное дело - стреляет двустволка. А в ответ - канонада и пушечная пальба из ответных обид и огорчений. Победы в семейной брани нет. Напротив, обиды копятся и умножаются. Раздражение, жажда реванша, вражда лишают покоя и внутреннего мира. Ищут повода, чтобы выйти наружу. Так в семье возникают скандалы.

И все потому, что мы слишком отчетливо помним зло, причиненное нам. И слабо, а точнее - почти совсем не вспоминаем оскорблений, которые нанесли мы другой стороне. Последние кажутся нам пустяками вполне простительными. Подумаешь, с кем не бывает! К тому же мы считаем, что близкий человек просто обязан нам прощать то, что "случайно сорвалось" с языка. Совсем другое дело, когда тот же самый родной и близкий совершает какой-то неосторожный поступок в отношении нас или произносит резкое неприятное слово. Где уж тут помыслить о прощении! Мы начинаем постоянно думать о "проступке" другого, жить злыми мыслями и отравляться их ядом. И отравлять ядовитыми парами семейную атмосферу.

Самолюбивой человеческой натуре свойственно ко всему относиться потребительски с точки зрения личной выгоды или комфорта. Если заглянуть в себя, можно увидеть, что чаще всего мы любим не от чистого сердца, а "за что-то". За оказанные услуги, за помощь, за удовлетворение желаний и даже прихотей. А если нам чем-либо не угодили, отказали в помощи или не выполнили прихоть? О, тут уж в копилке наших обид мы начинаем копаться с удвоенной быстротой.

Стираем ли мы, стоим ли в очереди или бредем с работы, в наших мыслях рисуется предстоящая встреча с суженой (или суженым). Но не столько с реальным человеком как таковым, сколько с его неудобными для нас качествами, которые мы просто не в силах забыть, поскольку считаем, что "все доброе" полагается нам по праву, а вот все неудобное, "плохое и злое" коварно вторглось в нашу жизнь по вине... Ну ясно кого! Узел закручивается невероятно!

Если вы легко запоминаете в своей половине только дурное и не обращаете внимания на доброе, ваша совместная жизнь под угрозой. Как же бороться со злопамятностью?

Прежде всего нужно учиться прощать. Попробуйте втайне от всех сесть и расчертить надвое лист бумаги - хоть по горизонтали, хоть по вертикали - и написать на одной стороне поступок, который вас обидел. На противоположной стороне, строго посоветовавшись с совестью, выпишите те обязанности жены (мужа), с которыми вы откровенно слабо справляетесь. Можно спросить об этом близких подруг и родственников, с которыми у вас доверительные отношения. Вы удивитесь, как много претензий появится у вас на противоположной стороне листа...

Затем вам будет легче вспомнить, когда вы сами бывали не правы (на улице, в кругу сослуживцев, знакомых и незнакомых). Можно и это записать на соседних страничках. А потом взвесить и сопоставить написанное с той единственной строчкой за чертой, которая не дает вам покоя.

Еще постарайтесь почаще оказывать мелкие и средние - тут уж как получится - услуги окружающим, своим и чужим людям. Говорят, добрым людям - это тем, кто помогает другим, - просто некогда вспоминать о зле.

Вытесняйте злую память воспоминаниями о таких делах и поступках близкого человека, которые до сих пор наполняют вас признательностью и благодарностью.

Немедленно переводите разговор на тему о погоде, если ваш собеседник начинает пытаться "открывать вам глаза" на характер жены (мужа). Избегайте общения с людьми, у которых разглядывать чужие поступки через увеличительное стекло вошло в привычку.

Наконец, тактично и незаметно поинтересуйтесь у общих знакомых: какие черты и душевные качества ценят они в вашей половине? Вполне возможно, узнав что-то новое и хорошее о характере и поступках близкого вам человека, вы сочтете свои придирки смешными и мелочными.

Стоит задуматься еще и о том, что какими бы ничтожными ни казались на первый взгляд злые затаенные обиды, они не только отравляют совместную жизнь склоками, но и подтачивают и разрушают наше здоровье

Наталия ОБУХОВА,
психолог.

Я СИЛЬНАЯ, СМЕЛАЯ...

водить поступками и мыслями другого. Какое-то время второй партнер (чаще всего женщина) терпит и копит недовольство. А потом начинаются постоянные конфликты, непонимание, раздражение, злость, которые постепенно переходят в ненависть и расставания. Кстати, чаще всего такие пары расстаются "кровными врагами".

Бывает, что, нахлебавшись и получив свою "дозу страданий", такие женщины находят спокойных, уравновешенных мужчин, считая, что вот уж теперь-то они заживут в любви и покое. Но этого опять не происходит, потому что со временем, вольно или невольно, женщина, опять же в силу своего характера, начинает незаметно подчинять мужчину себе. А он в силу своего спокойного характера, естественно, подчиняется. Проходит какое-то время, и женщина вдруг чувствует, что мужчина ей неинтересен. Больше того - просто раздражает. Некоторые дамы в таких случаях уходят с головой в новые романы или в свои "трудовые будни", не замечая супруга и общаясь с ним по мере необходимости. Как сказала про своего мужа одна бизнес-леди: не мешает, и ладно... А некоторые разводятся, впадают в отчаяние и мучаются вопросом: неужели я никогда не найду нормального мужчину?

На самом деле причина не в мужчине, а в неумении общаться с ним. Каким бы ни был партнер - мягким или жестким по вашему выбору, вы должны научиться общаться с ним именно на партнерских основаниях. Да, сделать это тяжело. Ведь большинство женщин несут свою роль лидера и дома, и на работе. Для начала,

...получилось ... Олю ... дента в крупной фирме. В про... жизни у нее все

Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

ЧТО Ж ТЫ, МИЛАЯ, СМОТРИШЬ ИСКОСА

Вероятно, каждый мечтает быть неотразимым, с первого взгляда влюблять в себя окружающих, стать мечтой и наградой любимого человека. Хотите знать, как можно вызывать интерес к себе, влюблять в себя? Сигналы тела во взаимоотношениях часто более значимы, чем слова.

С помощью глаз человек бессознательно посылает сигналы, которые другими также бессознательно перехватываются. Зрачки постоянно пульсируют - почти как сердце. Суженные зрачки, похожие на змеиные глаза, - это злость, раздражение, отстраненность, подавленность. Расширенные зрачки - признак радости, возбуждения, интереса. Эротический интерес также проявляется расширенными зрачками.

Если человек ощущает к вам сексуальное тяготение, то смотрит в глаза не менее 70 процентов времени беседы. А уж если у вашего собеседника и зрачки расширены - можете смело считать, что возбудили вполне определенный интерес.

Мужчина на женщину, которая ему нравится, будет смотреть "интимным взглядом", который спускается с области ее глаз ниже подбородка, чаще - до области груди. Длительность и этого взгляда будет занимать не менее 70 процентов времени общения, причем зрачки всегда чуть расширены.

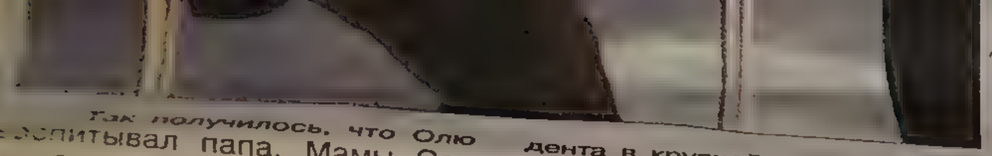
Из мира животных в манеру поведения мужчин пришли повадки "прихорашивания" (помните, как оглаживает себя петушок перед курятником?). Мужчина приглаживает волосы, поправля-

дывается, чем выражается какими-то конкретными приметами.

Если вы хотите быть неотразимым, оказывать определенное влияние на собеседника, то стоит запомнить простые правила удачного общения. Во-первых, будьте внимательны к собеседнику, старайтесь войти в его положение, чтобы его проблемы стали вам понятны. И вы поймете, что именно хочет этот человек, чего он ожидает, в частности, от вас, и сумеете ответить ему.

Во-вторых, не стесняйтесь выражать свои чувства, особенно если они положительные. К сожалению, мы очень часто скрываем или не умеем показывать и проявлять одобрение, восхищение, нежность. У каждого человека есть неудовлетворенные потребности в теплоте и нежности, так удовлетворите это желание - и привяжите человека к себе.

В-третьих, не ... реть собеседнику в глаза ...



Так получилось, что Олю воспитывал папа. Мамы Оля вообще не помнила - она погибла, когда девочке было всего пять лет. Мужественный папа не стал прибегать к услугам няни и занимался с девочкой сам: зашивал порванные колготки и стирал испачканные платьица, заплетал косички и водил за ручку сначала в детский сад, потом в школу. Оля всегда восхищалась отцом, а в детстве он казался ей вообще чем-то сродни Богу - высокий, сильный, красивый, энергичный. Он всегда знал, как нужно поступить. Умел принимать решения в трудных ситуациях, мог спасти и защитить от чего угодно. И свою дочку воспитывал так же. Если все девочки ходили в музыкальную школу и на танцы, то Оля занималась плаванием и дзюдо наравне с мальчиками. "В жизни нужно иметь характер, - всегда говорил ей отец, - нужно уметь себя защищать, уметь дать сдачи". Это Оля и сама уже знала: у нее была соседка Людочка, которую обижали все кому не лень, она то и дело сидела во дворе на лавочке со слезами на глазах. А вот Олю во дворе уважали. Она запросто могла обогнать мальчишек и дать, если что, сдачи так, что больше не захочется ее обзывать.

Учителя, как правило, были вполне довольны девочкой. Училась она отлично, легко схватывала новое, была организованной и целеустремленной. Никто даже и не удивился, когда она закончила школу с золотой медалью и легко поступила в институт. Потом легко нашла работу и спустя пять лет заняла пост вице-президента в крупной фирме. В профессиональной жизни у нее все складывалось просто идеально. А вот в личной...

В личной Ольге не везло просто катастрофически. На пути встречались либо слюнтяи, которые заискивающе заглядывали ей в глаза или вообще боялись подойти. Либо эдакие "крутые парни", которые очень удивлялись, если она не смотрела им в рот и не спешила подстроиться под их настроение. И постепенно она пришла к выводу: нормальных мужчин, с которыми можно жить рядом, просто не существует...

Женщины, подобные Ольге, вырастают, как правило, в семьях, где кто-то из родителей является сильным лидером, и такие черты, как сила, упорство, целеустремленность, считаются самыми важными и основополагающими. А мягкость, слабость считаются лишними и недостойными. В этих семьях у детей воспитывается волевой, сильный характер. Если это мальчик, то он, скорее всего, будет вполне успешен по жизни. Но если это девочка, то она, превращаясь в женщину, чаще всего бывает весьма успешна в карьере и... не успешна в личной жизни.

Во-первых, такие женщины, естественно, мечтают о "сильном" мужчине, личности, достойной уважения. И очень часто находят таких кандидатов. Их совместные романы красивы и энергичны, они прекрасная пара, им интересно вдвоем, и кажется, что впереди их ждет счастливая жизнь. Но проходит какое-то время, и каждый из партнеров в силу своего характера начинает пытаться лидировать в отношениях, руко-

...каким бы ни был партнер - мягким или жестким по вашему выбору, вы должны научиться общаться с ним именно на партнерских основаниях. Да, сделать это тяжело. Ведь большинство женщин несут свою роль лидера и дома, и на работе. Для начала, если женщина заинтересована в отношениях с этим мужчиной, она должна сказать себе: на работе я - менеджер, а дома - жена. И постараться не смешивать ролевое поведение. На самом деле в любой из нас, даже в самой сильной и волевой, вполне достаточно женских качеств - нежности, мягкости, доброты. Просто эти качества сидят за невостребованностью очень глубоко внутри, но они обязательно есть, нужно только суметь воспользоваться ими.

Обратите внимание на свой тон при разговоре с мужем, на систему принятия решений в вашей семье, на содержание бесед. Подумайте: насколько сильно вы контролируете супруга, пытаетесь навязать свою точку зрения или, наоборот, пытаетесь возражать при любом удобном случае?

Очень часто женщины своими руками разваливают отношения в семье еще и потому, что свои чувства к близким выражают исключительно на уровне действий и вещей - делают ремонт в квартире, покупают мужу костюм, а ребенку дорогую игрушку и считают, что их за это должны ценить и любить. Но это ошибка. Ведь чувства существуют только на уровне чувств. Поэтому, вместо того чтобы заниматься какими-то делами и требовать за это награду, лучше лишний раз посидите рядышком с мужем и детьми, поинтересуйтесь их мыслями и чувствами, проявите ласку и нежность.

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог

да будет занимать не менее 70 процентов времени общения, причем зрачки всегда чуть расширены.

Из мира животных в манеру поведения мужчин пришли повадки "прихорашивания" (помните, как оглаживает себя петушок перед курятником?). Мужчина приглаживает волосы, поправляет галстук, воротник или пиджак, прикасается к себе в разных местах. Очень часто инстинктивно занимает позу "руки на бедрах", покачивается на каблуках, а носки его обуви будут направлены в сторону нравящейся женщины, даже если он разговаривает с другими людьми.

Женщина, общаясь с интересным ей мужчиной, инстинктивно расставляет ноги чуть шире, чем обычно, а при ходьбе активнее играет бедрами. При беседе с таким мужчиной она будет смотреть на него длинным взглядом, возможно, искоса или из-за приподнятого плеча, зрачки расширены.

Пробуждение эротического интереса проявляется наклоном головы в сторону объекта и фиксированием взгляда на нем.

Завлекающе действует слегка приоткрытый рот, а уж язык, медленно скользящий по губам, используется во многих эротических сценах кинематографа.

Понимающие женщины активно играют запястьями, например, крутя в руках ключи, бокал, безделушку. Мужчин такие манипуляции просто завораживают.

А вот поглаживание подбородка свидетельствует о том, что женщина колеблется в принятии решения. Может, ее стоит поддержать или даже направить в нужную сторону...

Интересный признак, если собеседник (или собеседница) копирует ваши жесты и манеру поведения. Это так называемое отзеркаливание. Оно означает, что вы вошли в некий резонанс, а собеседник готов идти у вас на поводу, приспосабливаться к вам, быть с вами в ладу. Конечно, речь не идет о передразнивании, порой отзеркаливание скорее уга-

или не умеем показывать и проявлять одобрение, восхищение, нежность. У каждого человека есть неудовлетворенные потребности в теплоте и нежности, так удовлетворите это желание - и привяжите человека к себе.

В-третьих, не бойтесь смотреть собеседнику в глаза. Сосредоточенный взгляд, демонстрирующий, что здесь и сейчас для вас никого интереснее и важнее собеседника нет, действует завораживающе и неотразимо. Человек преисполняется осознанием собственной важности и подсознательно жаждет все нового и нового признания с вашей стороны. А эту жажду можно использовать для воздействия.

Наконец, в-четвертых, неосознанная неудовлетворенность в телесных контактах также может играть на вас. Все мы, как люди цивилизованные, несколько отстранены друг от друга - предпочитаем выражать чувства словами, а не жестами, избегаем лишних прикосновений, будь то в транспорте или дома. Лишь дети инстинктивно тянутся прикоснуться друг к другу, подставляют себя под прикосновения родителей и так далее. А вот взрослые даже не осознают, как много потеряли, держась наособицу. Мягкое, сердечное прикосновение способно растопить лед отношений даже с самым отстраненным человеком. Только не переигрывайте - слушайте собственное сердце, оно подскажет, когда можно прикоснуться, а когда это будет воспринято с раздражением.

БЕЗ МОРЩИН НА ЛБУ И ТРЕЩИН НА ГУБАХ

При первых морщинах на лбу полезен ежедневный массаж кусочком свежего или соленого огурца. Передвигайте "кружочек" слева направо кольцеобразными движениями. Огуречный сок, впитываясь, увлажняет кожу, а после высыхания образует на коже защитную пленку, которую рекомендуется оставить на 30 минут. После этого ополосните кожу прохладной водой.

Но бывает, что даже в молодом возрасте на лбу появляются глубокие морщины. Возьмите полоску гладкой белой бумаги (кальку или пергамент), смочите ее теплой водой и смажьте тонким слоем питательного крема. Разгладьте рукой морщины, от которых вам хотелось бы избавиться, положите на лоб бумажную полоску, а сверху повяжите эластичный бинт. В первый раз полоску держите на лбу 15-20 минут. Впоследствии время процедуры можно увеличить до 30-40 минут.

Хотите ускорить результат? Накладывайте повязку на лоб 1-2 раза ежедневно.

Эффективность процедуры вы почувствуете тогда, когда, попытавшись наморщить лоб, поймете, что не сможете этого сделать. Вам будет мешать ощущение повязки на лбу.

От трещин на губах помогает крем, приготовленный из меда со свиным жиром в соотношении 2:1. Этим составом смазывают губы после еды.

Прекрасное заживляющее действие оказывает яблочно-молочная маска. Сваренное в небольшом количестве молока яблоко разотрите, чтобы получилась однородная масса. Наложите маску толстым слоем на область трещины, покройте салфеткой или зафиксируйте повязкой. Оставьте маску на 30 минут. Делайте процедуру ежедневно.

На сильно потрескавшиеся губы наложите салфетку, смоченную в отваре пшеничных отрубей. Такой отвар готовят на водяной бане (столовая ложка отрубей на стакан воды). Салфетку меняйте каждые 5 минут. Общая продолжительность процедуры - 25-30 минут.

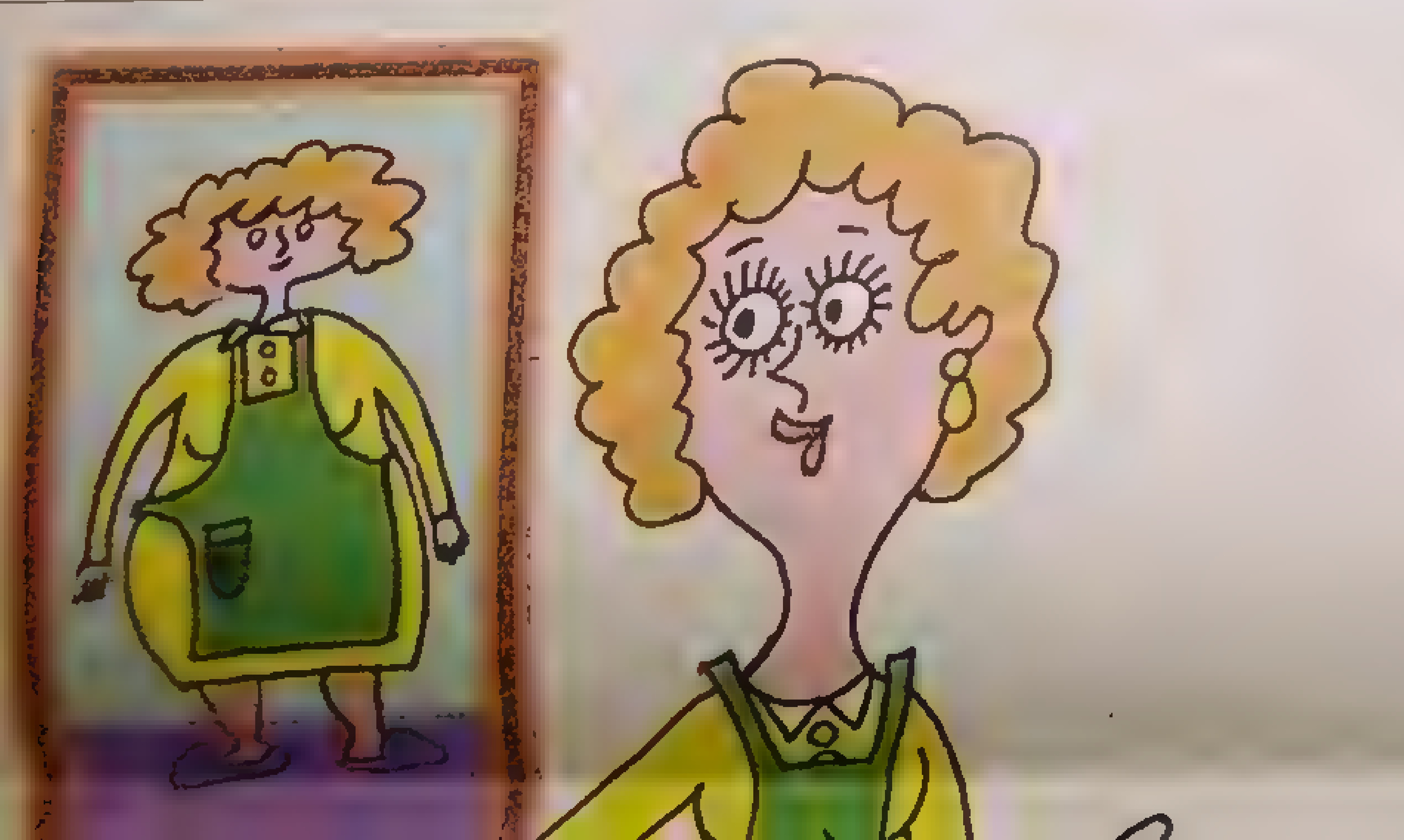
Надежда ВОРОЖЦОВА. Ижевск.

Прочитала в "Друге дома", что врач Алексей Алексеенко предлагает избавиться от "косточек" у больших пальцев ног только путем операции. Однако есть проверенное народное средство. Так что прежде чем оперироваться, попробуйте. Все же попытка - не пытка.

ШИШКА НОЖКУ НЕ УКРАСИТ

Приготовьте смесь из 30 мл нашатыря, трех четвертей поллитровой бутылки камфоры, 5 чайных ложек красного перца, 2 чайных ложек бодяги. Вечером распарьте ногу и насухо вытрите. В кусочке пластыря вырежьте отверстие с размер шишки, наклейте пластырь на ногу и наложите мазь. Пластырь нужен для того, чтобы лекарство не попадало на здоровую кожу. А можно купить в аптеке специальное предохранительное кольцо (тогда смесь наносите сразу в центр кольца). Ногу перебинтуйте и укутайте. Утром повязку снимите. А вечером все повторите. И так до тех пор, пока шишки не пройдут.

Галина ВОЛОДИНА. пос. Тальменка Алтайского края.



СУП-ПЮРЕ ИЗ УКРОПА С МЯТОЙ

Возьмите 200 г воды, пучок укропа, несколько листочков свежей или сухой мяты, соль, перец.

Сварите укроп в воде, добавьте листья мяты. Измельчите все с помощью миксера, посолите, поперчите. Охладите.

СУП-ПЮРЕ ИЗ РЕДИСА

Возьмите 200 г воды, 150 г редиса, 50 г зеленого лука, соль, перец.

Натрите редис на мелкой терке, добавьте воды. Доведи-

овощи. Когда они будут готовы, взбейте их вместе с бульоном миксером. Порежьте мясо кусочками и выложите в овощное пюре. Подогретый суп заправьте укропом.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ГОРБУШИ

Возьмите 50 г воды, 200 г шпината, 3 столовые ложки отварного риса, 150 г обезжиренного молока, 50 г отварной горбуши, соль, перец.

Припустите шпинат в небольшом количестве воды. Взбейте миксером шпинат,

СОЛЕНЫЙ СКРАБ

Довольно часто у молодых людей возникают проблемы с уходом за слишком пористой кожей лица. Их можно понять: пыль и грязь, скапливаясь в порах, образуют черные точки. Больше всего страдает носик. Покупают дорогие импортные препараты, а они не помогают. А воспользуйтесь старинным способом.

И всего-то нужно два "русских" компонента - мыло и соль. Чистку проводите в свободное время, чтобы не пришлось идти куда-то с красным лицом и

Год назад я весила 80 кг. Сейчас вешу 50 кг. Похудела за 2 месяца на 30 кг. Вот как мне это удалось.

ХУДЕЙТЕ С СУПОМ

Завтрак

На выбор: 100 г обезжиренного творога, или баночка натурального йогурта, или овощной салат, или яйцо вкрутую, или 100 г консервированной кукурузы, или 50 г вареной колбасы без жира, или 25 г твердого сыра. Кусочек хлеба с отрубями. Свежие фрукты. Чай (кофе) без сахара.

Обед

Овощной холодный суп-пюре, на второе - или 50 г постной отварной говядины, или 50 г отварного белого куриного мяса, или 2 паровые мясные котлеты, или 100 г отварного судака, или 100 г тушеной говяжьей печени, или 100 г обжаренного с луком филе окуня, или 150 г творожной запеканки, 150 г тушеных или отварных овощей. Кусочек хлеба с отрубями. Стакан овощного или фруктового сока.

Ужин

Горячий суп, 100 г овощного салата, 50 г свежих фруктов.

Предлагаю вам рецепты холодных супов-пюре на обед и горячих супов на ужин.

Холодные супы-пюре очень удобно брать на работу - ведь их не надо разогревать. Все они легко усваиваются, освежают, тонизируют, а главное - содержат не более 50 ккал.

СУП-ПЮРЕ ИЗ КАБАЧКОВ

Возьмите 200 г воды, 200 г кабачков, чайную ложку томата-пасты, щепотку карри, соль и перец по вкусу.

Очистите кабачки от кожуры и семечек, порежьте кубиками, опустите в кастрюлю с кипящей водой и варите 10 минут. Добавьте томат-пасту, карри, соль, перец. Все тщательно взбейте миксером до однородной массы. Охладите и ешьте.

СУП-ПЮРЕ ИЗ РЕДИСА

Возьмите 200 г воды, 150 г редиса, 50 г зеленого лука, соль, перец.

Натрите редис на мелкой терке, добавьте воды. Доведите до кипения, но не кипятите. Посолите, поперчите, охладите. Перед подачей заправьте нарезанным зеленым луком.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ПОМИДОР

Возьмите 100 г воды, крупный помидор, 50 г свежего морковного сока, столовую ложку лимонного сока, несколько листочков базилика или петрушки, соль.

Из очищенного от кожуры помидора и воды приготовьте пюре. Влейте морковный и лимонный соки, посолите, тщательно перемешайте. Посыпьте суп нарезанным базиликом или петрушкой.

К тому же такие супы - отличная профилактика гастритов, колитов, холециститов: недугов, которые часто возникают во время строгих диет.

Горячие супы оставляют после себя приятное чувство сытости, хотя содержат не более 230 ккал.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ

Вам понадобится 200 г воды, 100 г тыквы, 2 картофелины, 50 г постной ветчины, соль.

Сварите нарезанную кубиками тыкву, картофель и взбейте миксером до получения пюре. Посолите, добавьте нарезанную ветчину.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ

Возьмите 300 г воды, среднюю морковку, крупную картофелину, 100 г постной говядины, соль, зелень укропа.

Отварите мясо в подсоленной воде до готовности, выложите на тарелку. В мясном бульоне отварите нарезанные шпинат, 3 столовые ложки отварного риса, 150 г обезжиренного молока, 50 г отварной горбуши, соль, перец.

Припустите шпинат в небольшом количестве воды. Взбейте миксером шпинат, рис и горячее молоко. Добавьте в пюре горбушу, разделанную на мелкие кусочки. Посолите, поперчите, доведите до кипения.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ И ВЕТЧИНЫ

Возьмите 250 г воды, 150 г соцветий цветной капусты, среднюю картошку, 50 г постной ветчины, соль.

Сварите капусту и картофель, порезав на кусочки. Взбейте овощи вместе с отваром, посолите. Добавьте в пюре нарезанную соломкой ветчину.

Светлана ВИНОГРАДОВА.
г. Кингисепп
Ленинградской области.

Сик. Покупают дорогие импортные препараты, а они не помогают. А воспользуйтесь старинным способом.

И всего-то нужно два "русских" компонента - мыло и соль! Чистку проводите в свободное время, чтобы не пришлось идти куда-то с красным лицом и носом. Мыло обязательно "Детское", соль - самого мелкого помола - "Экстра".

Лицо лучше распарить, чтобы поры раскрылись. Накройте смоченным в горячей воде полотенцем. Затем обильно намыльте и втирайте соль. Смойте и снова намыливайте и "солите". Для носа потребуется повторить чистку несколько раз. В конце процедуры обмыть лицо холодной водой, чтобы поры сузились.

В зависимости от реакции кожи каждый подберет для себя подходящий вариант.

Зинаида БАБКИНА.
г. Каменск-Уральский
Свердловской области.

СОСНОВЫЙ ЧАЙ

Хочу поделиться способом приготовления исключительно полезного, вкусного, натурального напитка, употребляя который вы будете практически избавлены от простудных заболеваний.

В мае-июне, когда почки сосны выросли до 3-5 см, но еще не огрубели, их надо собрать и пропустить через мясорубку. В стерилизованные трехлитровые банки примерно на треть объема положите это сырье и залейте горячим сахарным сиропом (сахар по вкусу, я кладу меньше стакана), закатайте металлической крышкой и переверните. Напиток готов.

Он обладает желчегонным, отхаркивающим, мочегонным действиями. Кроме того, он великолепен на вкус, его с удовольствием пьют и взрослые, и дети. При простуде лучше его пить теплым или добавлять в горячий чай. Употребляя этот напиток круглый год, моя семья просто забыла о простуде. Ведь сосновые почки - это кладезь витаминов, и заморские фрукты вряд ли могут конкурировать с этим дешевым напитком.

Василий ДАВЫДОВ.
г. Жуковка Брянской области.

Недостаток сна, как известно, пагубно действует на здоровье любого человека, но больше всего страдают от недосыпа мужчины. Ученые из Университета штата Пенсильвания установили, что при 6-часовом сне вместо 8 часов у добровольцев появлялись признаки недосыпания, а в крови повышался уровень веществ, которые связаны с болезнями сердечно-сосудистой системы и сахарного диабета: холестерин, бета- и липопротеиды. Исследование проводилось под руководством известного американского психиатра профессора Александроса Вгонтцаса совместно с коллегами из Национального института здоровья.

МАЛО СПАТЬ МУЖЧИНАМ ВРЕДНО

Наблюдались 25 добровольцев, которые провели в лабораторных условиях 12 дней. Первые 4 дня они спали по 8 часов, а все оставшиеся - по 6 часов в день. После недели недосыпания исследовали качество ночного сна и сонливость в течение дня. Измеряли активность гормонов и внимание. Как и ожидалось, сон у испытуемых наступал быстрее, они буквально засыпали на работе, а результаты их тестов показывали серьезные отклонения от нормы. У добровольцев был повышен и уровень возбудимости на 40-60 процентов. У мужчин, кроме того, повысилось на 20-30 процентов содержание особого вещества, известного как фактор невроза опухоли. Оно проявляет себя в виде воспалений при травмах.

Женщины адаптируются к недосыпанию намного лучше мужчин. У них фаза глубокого сна в среднем составляет 70 минут, а у мужчин - 40. Профессор Вгонтцас в отличие от многих других ученых подчеркивает, что даже два часа недосыпа становятся серьезной проблемой для человека. Результаты исследования были обнародованы на традиционной ежегодной встрече Содружества эндокринологов Сан-Франциско.

Александр КУРБАТОВ.

Витаминно-минеральный комплекс для глаз

"ОКОВИТ С МОРКОВЬЮ" ВАШИХ ГЛАЗ ЗДОРОВЬЕ

Включает все необходимые витамины и микроэлементы для защиты зрения в условиях повышенной зрительной нагрузки.

- ✓ **Снимает усталость глаз**
- ✓ **Останавливает развитие близорукости (миопии) и катаракты**
- ✓ **Нейтрализует вредное воздействие телевизора, компьютера**

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!

Тел. (095) 786-34-00, 137-01-16, 444-17-11, 128-66-58
(812) 310-14-49
Консультации специалиста:
тел. (095) 959-94-93 (с 9⁰⁰ до 15⁰⁰)
www.fitora.ru
Заказ по почте:
119119, Москва,
Ленинский проспект, 42, ком. 32-16.

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО РЕКЛАМНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ ПРИ ЗАКАЗЕ ПО ПОЧТЕ СКИДКА 5%

Регистрационное удостоверение
№ 003750.Р.643.01.2002

Немного найдется людей, которых хоть раз в жизни не посещала бессонница. Как угодно медленно считай до ста воображаемые облака или пересчитывай целые стада баранов, все равно сна - ни в одном глазу.

...НЕ СПИТСЯ

док. Перед сном совершать короткие прогулки, не смотреть допоздна телевизор и волнующие фильмы, не читать "захватывающие" книги, подолгу не говорить по телефону, особенно на тревожащие темы. Обратиться к лечащему врачу с вопросом: не влияют ли на сон выписанные лекарства, например, ноотропил нельзя принимать перед сном, а за 5-6 часов до сна. Сезонные депрессии, связанные с коротким световым днем, "гасить" ярким комнатным освещением, светлым убранством комнат. И еще не забывать, что спальню нужно использовать лишь для сна

тония, инсульт, сильное ожирение и ряд других, назначать эти препараты, то количество остановок дыхания многократно увеличится, что может привести в конечном счете к клинической остановке дыхания, то есть к смерти.

Современные препараты нового поколения отличаются избирательным действием: сохраняют внутреннюю структуру сна и не влияют на состояние бодрствования.

В настоящее время при лечении бессонницы применяют сильные гипнотические средства, зопиклон, ...

ЕСЛИ ДОЛГО НЕ СПИТСЯ

Что же это за напасть такая? Может быть, заболевание?

На вопросы, связанные с инсомнией - так по научному называют бессонницу, - отвечает старший научный сотрудник Санкт-Петербургского медицинского университета имени академика И.П. Павлова кандидат медицинских наук невролог **Елена Валентиновна МЕЛЬНИКОВА**.

- Бессонница - это затрудненное вхождение в сон, позднее засыпание, раннее пробуждение, прерывность ночного сна, снижение его глубины, ухудшение самочувствия в период бодрствования.

- Какие же причины вызывают бессонницу?

- Таких причин огромное множество. Подразделяются они на внешние и внутренние. К первым можно отнести перемену часовых поясов при длительных перелетах, суточную работу, неблагоприятные условия проживания - неудобное спальное место, непривычное питание и другие. К внутренним - хронические болевые синдромы, болезни сердца, хронические эндокринные заболевания, злоупотребление алкоголем, самолечение психотропными средствами, психические болезни, нарушение дыхания во сне...

В зависимости от указанных причин бессонница может быть эпизодической, кратковременной, до трех недель при тяжелом гриппе, утрате близкого человека. Если инсомния длится более трех недель, тогда можно говорить о хронической бессоннице.

- Как долго человек может обходиться без сна?

- Без сна люди жить не могут. Если человека насильственно лишить сна, то он проживет всего трое суток, намного меньше, чем без пищи. Сон - важнейшее состояние для организма. Неоднородный по своей природе, сон состоит из двух чередующихся фаз - медленной и быстрой.

Медленный сон отвечает за восстановление материальных ресурсов организма - за энергию и синтез гормонов. Благодаря соматотропному гормону роста в этой фазе сна растут дети.

В фазе быстрого сна происходит анализ полученной за день информации, составляются планы на будущее. Когда же организм физически готовится к пробуждению, изменяется обмен веществ и убыстряется движение глазных яблок, которое преобладает в утренние часы, когда мы видим сны.

Здоровый человек проходит во время сна все фазы. И если нарушается нормальная структура сна, наступает бессонница.

- Сколько часов должен спать здоровый человек?

- Здоровый организм сам регулирует количество часов, необходимых для восстановительных процессов. Важно, чтобы после ночного сна у человека возникло ощущение полного отдыха. Одному на это потребуется шесть часов, а другому - восемь и более. В зависимости от этого людей можно подразделить на коротко- и долгоспящих.

Немаловажную роль играют и физиологические особенности человека, с учетом которых "жаворонка" не следует ставить в ночную смену, а "сову" - в слишком раннюю. Дизритмики могут продуктивно работать в любое время суток, не испытывая при этом дискомфорта. Однако длительная работа "не в свои часы" может стать причиной бессонницы. У здоровых людей сон восстанавливается довольно быстро без медикаментов: достаточно изменить режим работы и устранить причину, вызвавшую нарушение сна.

- Очень многие пожилые люди при общем благополучии - не страдают тяжелыми хроническими болезнями, не обделены вниманием своих детей и родственников - все-таки жалуются, что не могут сразу заснуть, легко пробуждаются. В чем тут дело?

- Изменение сна у пожилых людей - результат естественного старения. У человека в этом возрасте преобладает фаза быстрого сна, а медленная фаза уменьшается. Старые люди чутко спят, легко пробуждаются от малейшего шума, резкого звука или света. Сон у них становится фрагментарным. Нормой считается и полифазный сон - человек преклонного возраста спит и днем, и ночью.

- Елена Валентиновна, что же делать, когда уже нет сил бороться с изматывающей бессонницей?

- Начинать не с приема таблеток снотворного, а с режима, гигиены ночного сна, соблюдать несложные правила. Спать обязательно в темноте - в этих условиях вырабатываются гормоны сна. Не переедать, но и не ложиться спать на голодный желу-

влияют ли на сон выписанные лекарства, например, ноотропил нельзя принимать перед сном, а за 5-6 часов до сна. Сезонные депрессии, связанные с коротким световым днем, "гасить" ярким комнатным освещением, светлым убранством комнат. И еще не забывать, что спальню нужно использовать лишь для сна и секса.

Если же все эти усилия напрасны - принимать легкие природные снотворные: корень валерианы, пион, траву пустырника в гранулах, растительные сборы, а также натуральные продукты на основе меда.

- Если и это не помогает?..

- Посоветовавшись с врачом, можно перед сном принимать легкие снотворные препараты - мелаксен, ново-пассит.

Эффективные снотворные средства человечество искало всегда. Первые из них - барбитураты - появились в конце XIX - начале XX века. Это, бесспорно, был прорыв в борьбе с хронической бессонницей. Но барбитураты обладали токсичностью: прием в больших дозах приводил к летальному исходу.

Поистине революционный прорыв в этой области пришелся на середину прошлого века, когда были созданы бензодиазепины (феназепам, седуксен, реланиум), неопасные и нетоксичные. Но и они имели недостатки: вызывали продолжительную сонливость и разрушали, изменяли внутреннюю структуру сна.

- Елена Валентиновна, вы сказали, что самые современные снотворные нетоксичны и неопасны. Так почему ими нельзя пользоваться самостоятельно, а нужно назначение врача и врачебное наблюдение?

- Самолечение вообще недопустимо, а в данном случае еще и опасно. Большинство снотворных препаратов оказывают влияние на дыхание - вызывают во сне короткие остановки. Если при таких заболеваниях, как гипер-

Современные препараты нового поколения отличаются избирательным действием: сохраняют внутреннюю структуру сна и не влияют на состояние бодрствования.

В настоящее время при лечении бессонницы применяют сильные гипнотические средства - зопиклон, золпидем, но они отпускаются только по рецепту врача.

Хроническую бессонницу действительно лечить сложно, так как, повторяю, сначала необходимо устранить причины, ее вызвавшие.

Все, кто страдает затяжными нарушениями сна, должны знать, что ряд снотворных препаратов (например, реланиум) вызывают зависимость от них. Поэтому принимать такие препараты нецелесообразно: появляется "синдром отмены", иными словами, как только препарат не принимается, бессонница возвращается.

Вообще любые снотворные средства не следует принимать дольше трех недель, а лучше от случая к случаю.

Новейшие современные препараты не только не разрушают внутреннюю структуру сна, но не вызывают и привыкания. Пожилым (после 60-65 лет) людям, как и юным, а также сильно ослабленным можно принимать такие препараты в половинной дозе.

Евгения ПЕНОВА.

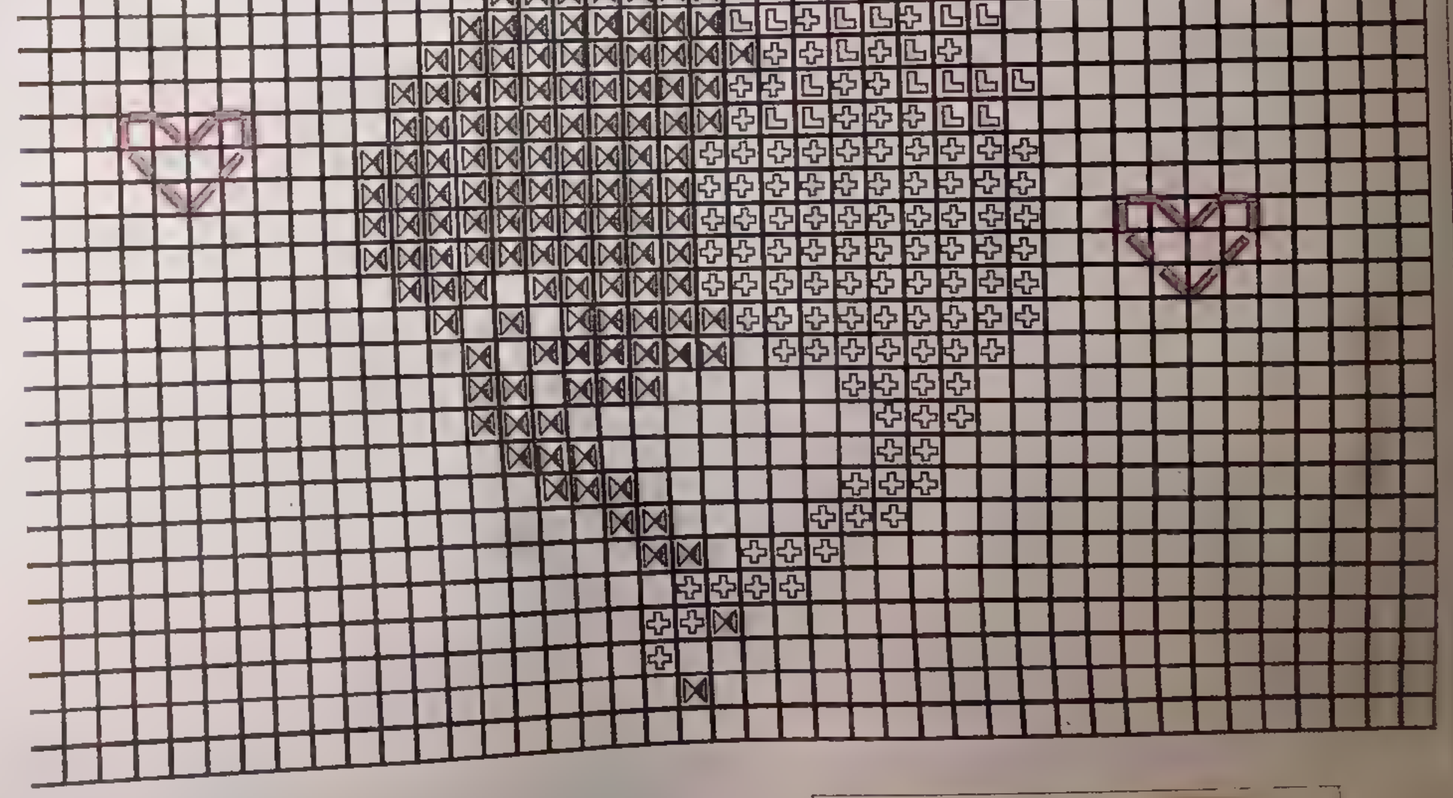
ВЫШИТЫЕ ВАЛЕНТИНКИ

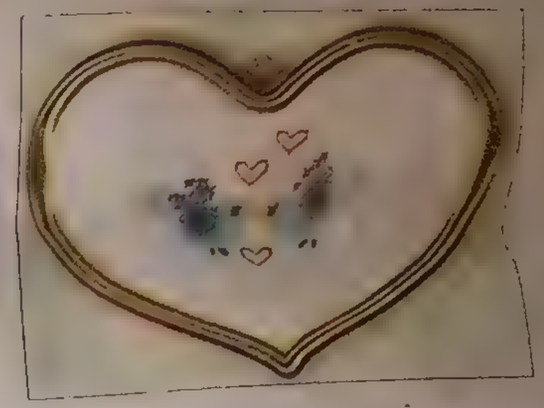
Издавна в Европе существует традиция дарить друг другу в День святого Валентина 14 февраля всевозможные сувениры - валентинки. А так как этот день считается праздником всех влюбленных, то подарки обязательно украшают сердечками.

Валентинки можно нарисовать, склеить и даже вышить.

КОШКИ

- DMC 602 - ярко-розовый
- DMC 930 - сине-серый
- DMC 927 - серо-голубой
- DMC 815 - светло-бордовый



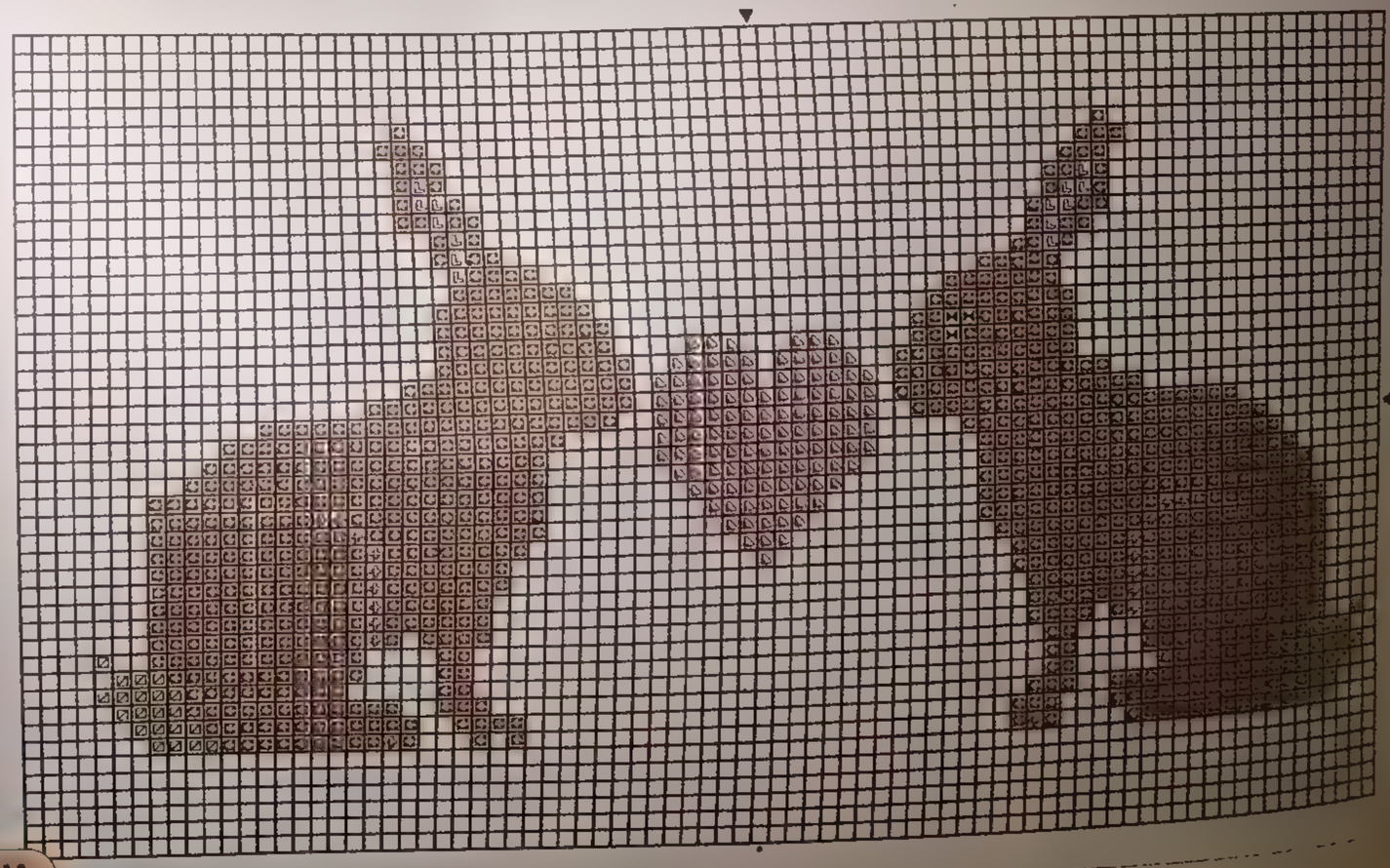


ПТИЧКИ

- DMC 823 - темно-синий
- DMC 3765 - темно-голубой
- DMC 3766 - голубой
- Клюв, лапы — DMC 742 - ярко-желтый
- DMC 815 - светло-бордовый

ЗАЙЦЫ

- DMC 413 - серый
- DMC 666 - ярко-красный
- DMC 745 - светло-желтый
- DMC 894 - розовый
- DMC 310 - черный
- DMC 300 - рыже-коричневый
- DMC 301 - светло-рыже-коричневый



Ольга ЦАПЛИНА, дизайнер

НАРЯД ДЛЯ СНЕГУРОЧКИ

БЕЛЫЙ СВИТЕР

Вам потребуется: 700 г белой пряжи разных оттенков одинаковой толщины, спицы № 6, № 5 прямые и № 5 круговые.

Плотность вязания 10 х 10 см = 13 петель х 16 рядов.

Спинка. Наберите 74 петли на спицы № 5 (вместе с кромочными) и вяжите резинку (2 лицевые, 2 изнаночные) высотой 10 см. Затем свяжите один ряд лицевыми петлями и один ряд изнаночными, в которых прибавьте 1 петлю накидом. Получится 75 петель.

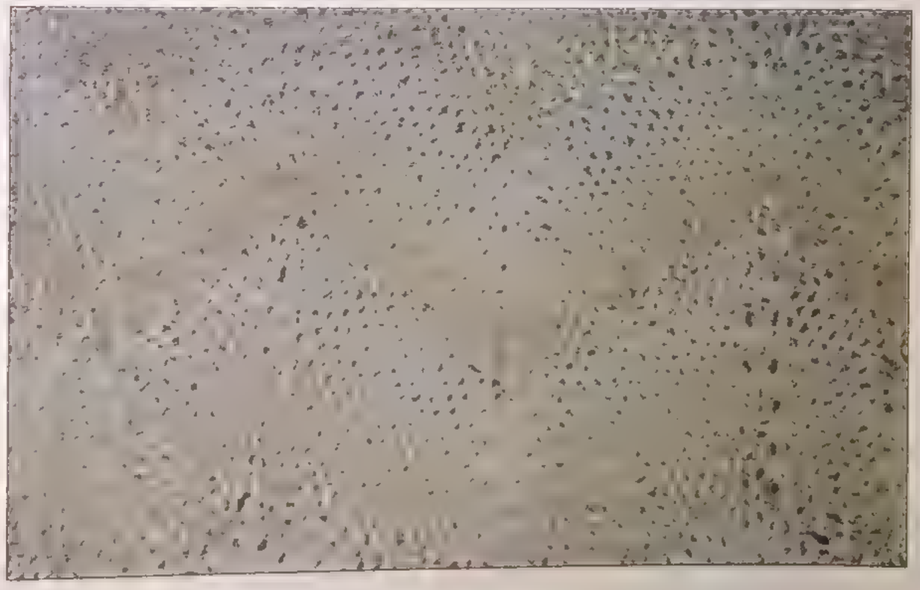
Далее вяжите рисунком "паркет":

1-й ряд (лицо) - кромочная, 1 лицевая, 1 накид, 3 лицевые, 3 вместе лицевой, 3 лицевые, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 5 лицевых, 3 вместе лицевой, 5 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 10 лицевых, 3 вместе лицевой, 10 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 5 лицевых, 3 вместе лицевой, 5 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 3 лицевые, 3 вместе лицевой, 3 лицевые, 1 накид, 1 лицевая, кромочная.

2-й ряд (изнанка) - все петли изнаночные, накиды вяжите скрещенной изнаночной (закрытым способом).

3-й ряд - повтор с 1-го ряда.

Вяжите так 30 см, меняя оттенки пряжи на ваше усмотрение.



Перед. Начните, как спинку. За 10 см до окончательного закрытия петель сделайте вырез горловины, для чего закройте в центре полотна 21 петлю. Затем довяжите сначала правое плечо, потом левое.

Правое плечо (23 петли).

1-й ряд (лицо) - кромочная, 1 лицевая, 1 накид, 5 лицевых, 3 вместе лицевой, 5 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 3 лицевые, 2 вместе влево, 1 лицевая, кромочная.

2-й ряд - все изнаночные.

Левое плечо.

1-й ряд (лицо) - кромочная, 1 лицевая, 2 вместе лицевой вправо, 3 лицевые, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 5 лицевых, 3 вместе лицевой, 5 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, кромочная.

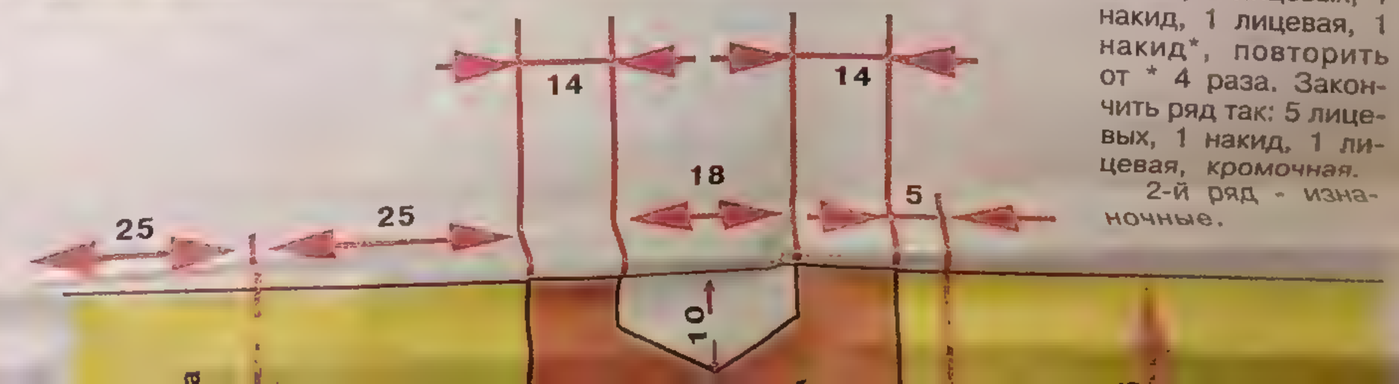
Через 10 см плечи закройте прямо.

Сшейте плечевые линии переда и спинки. Возьмите круговые спицы № 5, наберите по вырезу горловины петли и свяжите по кругу резинку (2 лицевые, 2 изнаночные) высотой 25-30 см. Количество петель кратно 4.

Рукава. Наберите по пройме петли из кромочных (всего 59 петель) и вяжите:

1-й ряд - кромочная, 1 лицевая, 1 накид, *5 лицевых, 3 вместе лицевой, 5 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид*, повторить от * 4 раза. Закончить ряд так: 5 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, кромочная.

2-й ряд - изнаночные.



БЕЛАЯ ШАПКА С ПОМПОНАМИ

БЕЛАЯ ШАПКА С ПОМПОНАМИ

Вам понадобится: 200 г белой пряжи, спицы № 5, крючок № 4.

Плотность: 10 х 10 см = 14 петель х 18 рядов.

Рисунок "шахматка".

1-й, 3-й ряды - кромочная, *2 лицевые, 2 изнаночные*, кромочная.

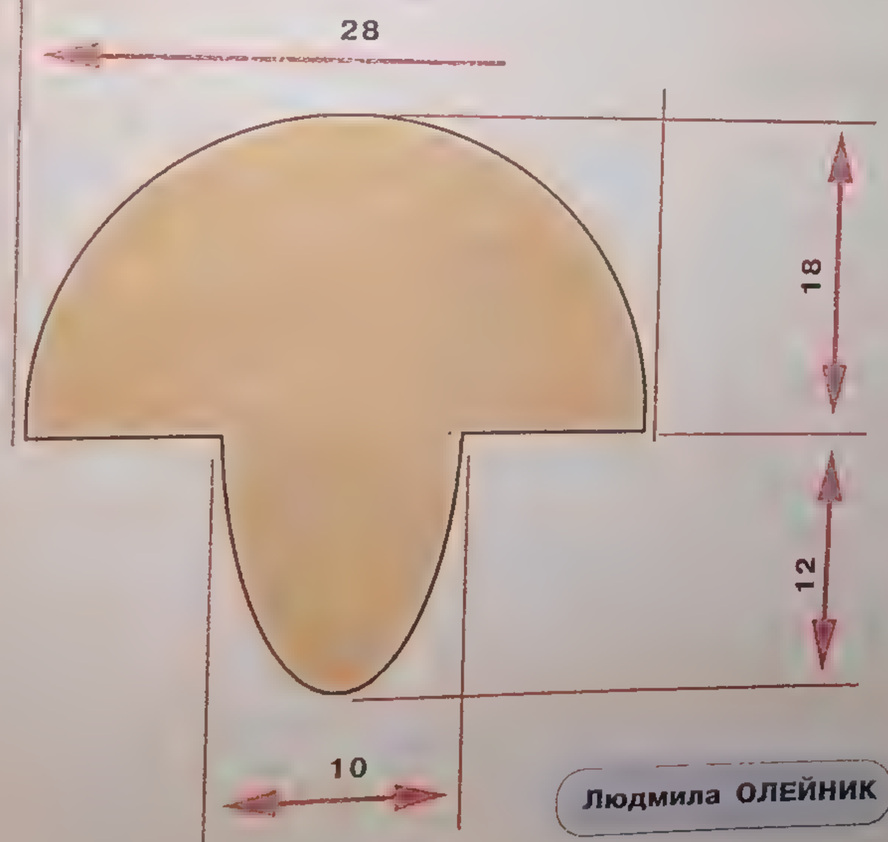
2-й, 4-й ряды и все четные - по рисунку (как смотрят петли).

5-й, 7-й ряды - кромочная, *2 изнаночные, 2 лицевые*, кромочная.

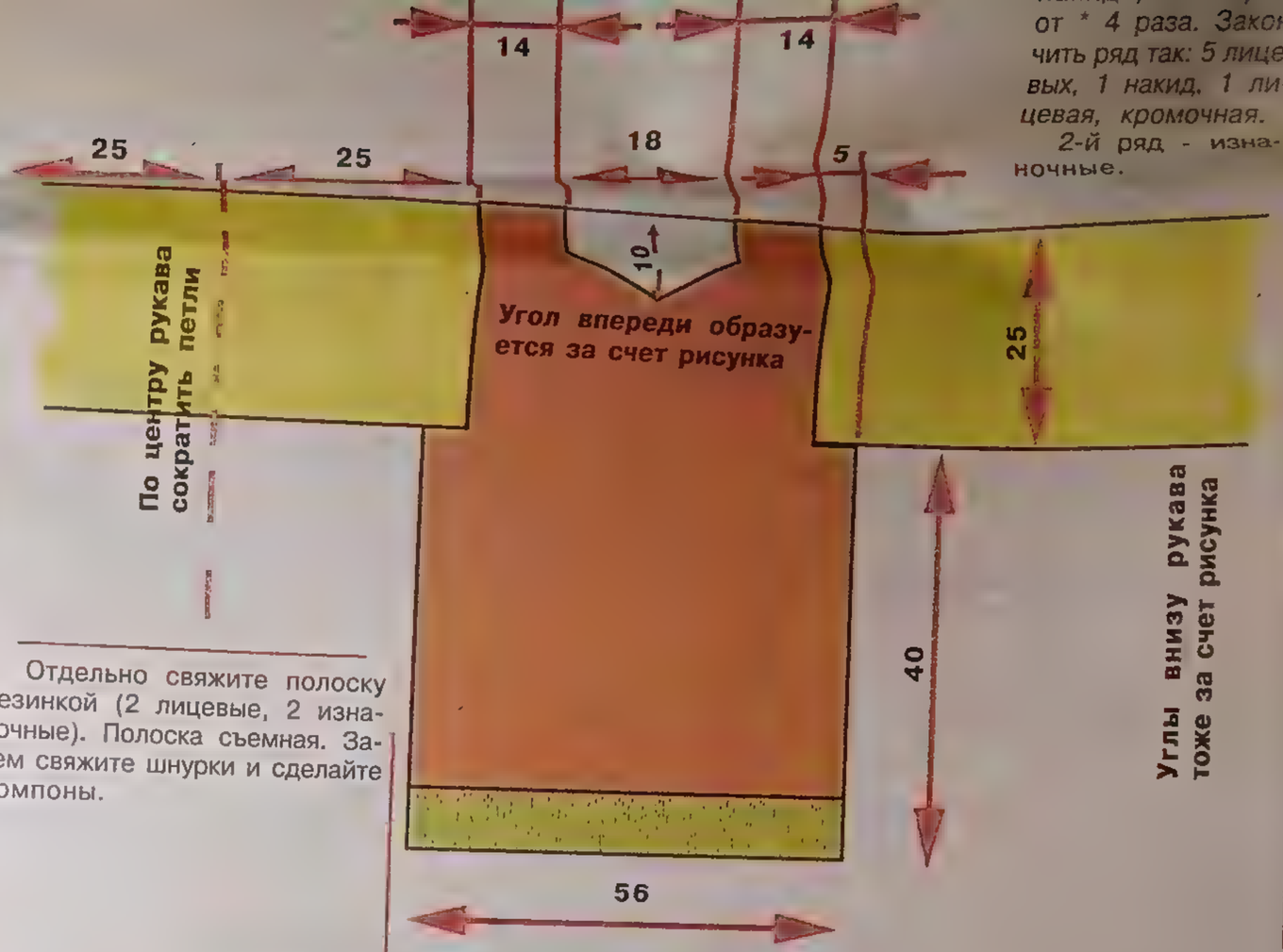
Наберите петли на дополнительную нить, свяжите один ряд, возьмите основную нить и вяжите 78 петель (вместе с кромочными) рисунком "шахматка".

Через 15 см начните убавлять петли, провязывая по 2 вместе лицевыми через 2 изнаночные петли, а также через один ряд, пока не останется 10 петель. Перенесите их на рабочую нить и стяните; этой же нитью сделайте шов. Удалите дополнительную нить в начале вязания. Закройте петли затылочной и лобовой частей шапки, петли ушек довяжите вниз. Для закругления ушек свяжите 3 раза по 2 петли вместе в конце и начале ряда.

Обвяжите шапку "рачьим шагом" крючком.



Отдельно свяжите полоску резинкой (2 лицевые, 2 изнаночные). Полоска съемная. Затем свяжите шнурки и сделайте помпоны.



*от * 4 раза. Закончить ряд так: 5 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, кромочная.*

2-й ряд - изнаночные.

ние. Затем закройте по 4 петли с двух сторон для проймы. Получится 67 петель, которые вяжите так:

1-й ряд (лицо) - кромочная, 1 лицевая, 2 вместе лицевой с наклоном вправо, 3 лицевые, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 5 лицевых, 3 вместе лицевой, 5 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 10 лицевых, 3 вместе лицевой, 10 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 5 лицевых, 3 вместе лицевой, 5 лицевых, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 3 лицевые, 2 вместе лицевой с наклоном влево, 1 лицевая, кромочная.

2-й ряд (изнанка) - все изнаночные, накиды вяжите закрыто.

Через 25 см закройте все петли.

Через 25 см сократите петли, не делая накидов в одном ряду. Всего на 8 петель. Таким образом вместо 5 лицевых петель в рисунке вяжите по 4 лицевых. Через 25 см закройте петли. Сшейте боковые швы, рукавные и поперечные подрезики у проймы.

Людмила ОЛЕЙНИК

КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

ИЗ КАРТОШКИ ИЛИ РИСА

ПИРОГ "ВАРНА"

Для теста возьмите 600 г муки, 240 г воды, 10 г соли, 80 г сливочного масла, яйцо для смазки. Для начинки вам потребуется 500 г брынзы, 5 яиц, 100 г кефира, зелень.

Приготовьте начинку: яйца взбейте с зеленью и кефиром, добавьте пропущенную через мясорубку брынзу и перемешайте.

В муке сделайте воронку, влейте в нее воду, положите масло, соль и месите 15-20 минут, пока тесто не начнет отходить от рук. Затем разделите его на небольшие кусочки, скатайте шарики, смажьте растительным маслом, покройте влажной салфеткой и оставьте на 15 минут. После этого каждый шарик раскатайте в круглую лепешку, растяните руками как можно тоньше, сбрызните маслом. На край листа положите начинку и, поднимая край салфетки, сверните трубочкой.

Подготовленные трубочки спиралью выложите на смазанный маслом противень, смажьте взбитым яйцом и выпекайте до готовности в умеренно разогретой духовке.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ ПИРОГ С ГРИБАМИ

Для такого пирога потребуется 600 г картофеля, 4 яйца, чайная ложка муки. Для начинки: 200 г свежих грибов, 2 головки лука, 2 столовые ложки сливочного масла, чайная ложка сметаны, соль по вкусу.

Очищенный картофель отварите, смешайте с 3 желтками и 3 взбитыми белками. Грибы очистите, порежьте и обжарьте с мелко нарезанным луком. Посолите по вкусу, добавьте сметану и муку. Две трети картофельной массы положите на глубокую смазанную сковороду. Сверху выложите грибной фарш, из оставшегося картофеля сделайте толстый валик и уложите по краям сковороды. Валик смажьте взбитым яйцом. Запеките в духовке до готовности.

ОТКРЫТЫЙ ПИРОГ С ФРУКТАМИ

Вам потребуется 3 яйца, по 3 столовых ложки сахара и муки, кислое яблоко или консервированный персик, цедра лимона, сливочное масло для смазки противня.

Белки взбейте в густую пену, добавьте сахар, желтки, тертую цедру лимона, муку и размешайте. Приготовленную массу выложите на смазанный сливочным маслом и посыпанный мукой небольшой противень так, чтобы получился пласт толщиной 2 см. Сверху по всей поверхности пласта равномерно расположите кусочки очищенного яблока или персика. Выпекайте в духовке при умеренной температуре.

ПИРОГ ИЗ ПЕСОЧНОГО ТЕСТА

На 300 г муки возьмите 200 г масла, 3 желтка, 100 г сахара, 5-6 яблок, сахар по вкусу. И еще немного сахарной пудры для обсыпки.

Масло разотрите с сахаром и солью, прибавьте желтки, всыпьте муку, быстро замесите тесто и поставьте в холодильник. Через 20 минут раскатайте тесто, положите на смазанный маслом и посыпанный мукой противень.

Сверху "чешуей" выложите слой яблочных ломтиков без кожи и посыпьте сахаром. Заверните края пирога и поставьте в духовку. Когда края зарумянятся и яблоки станут мягкими, выньте его и посыпьте сахарной пудрой.

ПИРОГ С ПОВИДЛОМ

Для теста вам потребуется 2 стакана муки, 2 столовые ложки сливочного масла, полстакана сметаны, 3 столовые ложки сахара, соль, сода на кончике ножа.

Для начинки можно использовать тертый лимон с сахаром, повидло или фрукты.

Для крошки возьмите 3 столовые ложки холодного масла, 8 столовых ложек муки, 140 г сахара. Высыпьте все на доску и, перетерев руками в крошку, добавьте четверть стакана орехов.

Замесите тесто из муки, сметаны, масла, гашенной уксусом соды, соли и сахара. Разделите на две части. Большую часть раскатайте, выложите начинку, накройте вторым раскатанным пластом. Смажьте пирог белком и посыпьте крошкой. Затем разрежьте на порционные кусочки и выпекайте.

РИСОВЫЙ ПИРОГ

Возьмите 200 г риса, литр молока, 150 г сахара, 15 кусочков сахара, 3 яйца, столовую ложку рома, 75 г изюма.

Положите рис на 2 минуты в литр кипящей воды. Воду слейте. Вскипятите молоко со щепоткой соли, переложите в него рис и размешайте, чтобы он не слипался. Варите на небольшом огне, пока молоко не впитается. Затем положите сахар, взбитые яйца, изюм, замоченный в роме.

Растопите в форме кусковой сахар, положите всю массу в форму и поставьте в духовку на слабый огонь на полчаса. Охладите, выньте из формы.

ПИРОГ ИЗ РИСА И ЧЕРНИКИ

Вам потребуется 4 стакана черники, 2 стакана молока, 2 яйца, 100 г сахара, 2 стакана риса, по 50 г маргарина и изюма, 30 г масла.

Рис отварите в молоке. Желтки разотрите с сахаром, а белки взбейте. Маргарин разомните, добавьте соль и смешайте с желтками и рисом. Добавьте чернику и изюм, затем белки. Перемешайте. Массу выложите в смазанную форму, сверху положите кусочки масла и запекайте в духовке.

Светлана СУХАНОВА.
Оренбург.

СЕРВИЗ С САЛАТОМ

САЛАТ "ВЕНЕЦИЯ"

или нашинкуйте длинными полосками. Любую копченую колбасу, сыр твердых

ПИРОГ С СЮРПРИЗОМ

Когда подойдет - раскатайте

...ретой духовке.

добавьте сахар, желтки, тертую

выньте его и посыпьте сахарной пудрой.

Положите рис на 2 минуты в литр кипящей воды. Воду слей-

Светлана СУХАНОВА. Оренбург.

СЕРВИЗ С САЛАТОМ

САЛАТ "АССОРТИ"

Мелко порежьте сваренный куриный окорочок весом примерно 300 г, добавьте 4 сваренных вкрутую и мелко порезанных яйца, измельченную обжаренную луковицу, стакан грецких орехов. Все перемешайте, заправьте майонезом и посыпьте сухариками из черного хлеба.

САЛАТ "ПИКАНТНЫЙ"

Все продукты кладутся произвольно - на ваш вкус.

Отварите и порежьте соломкой кальмары. Яблоки очистите от кожуры и семян, натрите на крупной терке. Яйца сварите вкрутую и нарежьте кубиками. Добавьте сладкую кукурузу, заправьте майонезом или сметаной.

САЛАТ "СЕРВИЗ"

Отварите до готовности большую и несколько маленьких неочищенных свеколок. Остудите, очистите. Большую свеклу нарежьте тонкими кружочками и слегка смажьте майонезом. Это будут блюдца. Маленькие свеколки также очистите, немного подрежьте снизу, а сверху ложечкой удалите середину - чтобы получились "чашечки". Наполните "чашечки" любым салатом и поставьте их на блюдечко. Получается, что можно съесть не только салат, но и "посуду".

ДЕСЕРТНЫЙ САЛАТ

Несколько апельсинов надрежьте посередине зубчиками и разъедините, чтобы получились корзиночки. Аккуратно снимите кожуру.

Апельсины, яблоки, груши, персики (по 2-3 штуки) порежьте кубиками, перемешайте. При необходимости посыпьте сахаром. Фруктовую смесь разложите по апельсиновым корзиночкам, сверху залейте йогуртом или взбитыми сливками, украсьте ягодами и посыпьте тертым шоколадом.

Елена ЕЖОВА. г. Миасс Челябинской области.

САЛАТ "ВЕНЕЦИЯ"

Сырую морковь натрите на терке или нашинкуйте длинными полосками. Любую копченую колбасу, сыр твердых сортов и свежий огурец нарежьте соломкой. Все перемешайте и добавьте банку сладкой кукурузы. Солить не надо, только заправьте майонезом. Соотношение продуктов абсолютно произвольное.

РАФАЭЛЛО ИЗ ВЕНЕЦИИ

"РАФАЭЛЛО"

400 г отварной печени, 3-4 сваренных вкрутую яйца, лук и чеснок по вкусу пропустите через мясорубку. В полученную массу добавьте немного бульона из кубика.

Смочив руки водой, скатайте небольшие шарики, сложите на блюдо и дайте постоять часа два в холодильнике. Затем каждый шарик обмакните в майонез и посыпьте натертым на крупной терке сыром.

Светлана САМУЙЛОВА. пос. Троицкое, Сахалин.

ПИРОГ С СЮРПРИЗОМ

Приготовьте обычное дрожжевое тесто. Когда подойдет - *раскатайте в продолговатый пласт толщиной 1-1,5 см, разрежьте его в длину на полосы шириной* 6-7 см.

На середину каждой полосы положите густую начинку, а затем защипите сверху. Получается длинная "трубка" из теста с начинкой.

Первую "трубку" сверните на столе защипом внутрь и уложите в центр сковороды, смазанной жиром. Следующие поочередно присоединяйте к предыдущей по спирали, пока вся сковорода не заполнится. Дайте подойти и выпекайте при температуре 220-230 градусов 30-35 минут. Сняв со сковороды, смажьте белком, взбитым с сахаром.

Начинки могут быть разными: сливовое повидло, перемешанное с курагой, яблочное повидло с черной смородиной, густое клубничное варенье. У кого что есть. Можно положить кусочки мармелада.

Татьяна СЕРЕДКИНА. г. Усолье-Сибирское Иркутской области.

ФРУКТОВЫЙ ТОРТ

Фруктовый крем приготовьте из 500 г несочных фруктов (киви, бананов, хурмы), 120 г сахарной пудры, 25 г желатина, добавьте немного корицы.

Творожный крем - из 2 яиц, 200 г сахара, 500 г творога, 300 г сметаны, 20 г желатина, сока и цедры одного лимона.

Еще вам понадобится пакетик ванильного сахара, 150 г сливок и любые фрукты для украшения.

Фрукты мелко порежьте, сложите в кастрюльку, добавьте немного воды, доведите до кипения, но не кипятите. Затем введите желатин, хорошо перемешайте и остудите.

Приготовьте творожную массу. Разотрите желток с сахаром, творогом, сметаной и лимонной цедрой, пропущенной через мясорубку. Белки взбейте в крутую пену и добавьте к творожной массе.

Предварительно замоченный в небольшом количестве воды желатин доведите до кипения. Введите в творожный крем, перемешайте и поставьте на холод застывать. Затем творожную и фруктовую массы ровными слоями выложите в форму. Лучше, чтобы первый и последний слои были творожными. После этого поставьте торт на три часа в холодильник. Готовый торт выложите на блюдо и украсьте взбитыми с ванильным сахаром сливками и свежими фруктами.

Наталья КОЧЕТКОВА. пос. Грязная Нижегородской области.

СУДАК ПОД СОУСОМ

Для приготовления этого блюда можно взять и другую рыбу.

На 1 кг рыбы возьмите 12-15 свежих шампиньонов, 2 столовые ложки молотых сухарей, по одному корню петрушки и сельдерея, головку репчатого лука, лавровый лист, перец горошком, два сырых желтка, по столовой ложке сливочного масла и муки, сок половины лимона, соль, сахар.

Приготовленную рыбу разрежьте пополам, посолите и на час положите в прохладное место. В воду опустите петрушку, сельдерей, лук, лавровый лист и перец. Доведите до кипения, положите туда рыбу и варите 20 минут. Охладите до комнатной температуры, удалите кости, порежьте небольшими кусочками. Сложите их в сотейник, хорошо смазанный маслом. Свежие грибы очистите и нарежьте плоскими ломтиками. Выложите на рыбу.

Отвар, в котором варилась рыба, процедите, заправьте маслом, растертым с мукой, лимонным соком, сахаром. Поварите 5 минут, снимите с огня и, не переставая помешивать, влейте сырые желтки. Получившимся соусом залейте рыбу, сбрызните растопленным маслом и хорошенько посыпьте сухарями. Запекайте в духовке 15 минут. Очень важно вовремя вынуть готовое блюдо, как только соус начнет подниматься. Если упустите время - желтки могут свернуться.

Эльвира СМИРНОВА. г. Советск Кировской области.

ВАНИЛЬНОЕ АССОРТИ

ВАНИЛЬНЫЕ РОЖКИ

Вам потребуются: 140 г масла или маргарина, 50 г сахарной пудры, 170 г муки, измельченные грецкие орехи, тертая кожура одного лимона, ванилин по вкусу.

Разотрите масло с сахаром до белого цвета, всыпьте муку, орехи и лимонную кожуру. Если тесто окажется слишком тугим, добавьте немного молока. Хорошо вымесите и раскатайте, разрежьте на полоски шириной 2-3 см, а их, в свою очередь, - на отрезки длиной 5-6 см. Придайте форму рожков. Уложите на противень и выпекайте в предварительно разогретой до 160-180 градусов духовке до золотисто-коричневого цвета. Готовое печенье, пока еще не остыло, посыпьте сахарной пудрой или ванильным сахаром. Кстати, такие рожки могут очень долго храниться в закрытой емкости и с течением времени становятся лишь вкуснее.

БИСКВИТНЫЕ ПОЛУМЕСЯЦЫ С ОРЕХАМИ

Их можно приготовить из 250 г муки, 3 яиц, 250 г сахарной пудры, 100 г сливочного масла, 100 мл молока, 20 г пекарского порошка, 100 г орехов.

Разотрите до однородной массы желтки, сахар и масло. Затем постепенно всыпьте просеянную муку, пекарский порошок, влейте молоко. Последними введите взбитые белки.

Сковороду смажьте маслом и посыпьте мукой. Вылейте тесто, сверху посыпьте крупно рубленными орехами. Выпе-

Всыпьте муку и размешивайте до тех пор, пока масса не станет похожей на хлебный мякиш. После этого положите масло, желтки, пекарский порошок, корицу и лимонную цедру. Все тщательно перемешайте, скатайте в шар и поставьте на ночь в холодильник. Утром раскатайте в тонкий пласт, вырежьте фигурки и выпекайте на смазанном жиром противне при температуре 200 градусов.

ПЕЧЕНЬЕ "АССОРТИ"

Приготовьте 500 г муки, 250 г сахарной пудры, 200 г маргарина, 2 яйца, 20 г пекарского порошка, 3 чайные ложки какао, ванилин по вкусу, любое варенье.

Перемешайте муку с сахарной пудрой, пекарским порошком, ванилином, маргарином и яйцами до образования густого однородного теста. Если оно окажется слишком тугим, разведите молоком. Затем тесто разделите на две части и в одну добавьте какао. Раскатайте два коржа (светлый и коричневый) толщиной 5 мм и вырежьте кружочки. Выпекайте на посыпанном мукой и смазанном маслом противне в разогретой до 160-180 градусов духовке в течение 20 минут. Когда печенье остынет, соедините белые и коричневые кружочки вареньем.

КАРМАНЧИКИ С ВАРЕНЬЕМ

Потребуется 300 г муки, 20 г пекарского порошка, 125 г сахарной пудры, 2 яйца, 75 г масла или маргарина, тертая цедра половины лимона, 2 чайные

Посетив московский ресторан "Немецкая слобода", можно отведать блюда как традиционной русской кухни, так и заморские яства.

СРЕДИЗЕМНОМОРСКИЕ ЯСТВА В "НЕМЕЦКОЙ СЛОБОДЕ"

ЗАКУСКА К ПИВУ

На ломтики черного хлеба положите кусочки сала, сверху дольки чеснока и закрепите деревянной шпажкой.

ПОХЛЕБКА СРЕДИЗЕМНОМОРСКИХ РЫБАКОВ

Из филе судака сварите бульон, добавляя во время варки бекон, репчатый лук, чеснок, тимьян, картофель, томат, немного вина. Посолите, поперчите по вкусу.

Когда суп будет практически готов, положите в него порезанные шампиньоны, влейте немного оливкового масла, а в самом конце варки добавьте морской коктейль из мидий, креветок, крабов.

РЫБА ПО-ИСПАНСКИ

Свежемороженую рыбу очистите, удалите кости. Картофель отварите в мундире, очистите, порежьте ломтиками. Грибы отварите, обжарьте с луком. Рыбу и картофель выложите на фольгу, сверху выложите грибы, зелень, сметану и майонез, ломтики лимона, зелень, посолите и поперчите. Края фольги закройте и запекайте в духовке до готовности.

просеянную муку, пекарский порошок, влейте молоко. Последними введите взбитые белки.

Сковороду смажьте маслом и присыпьте мукой. Вылейте тесто и сверху посыпьте крупно нарезанными орехами. Выпекайте при температуре 180 градусов. Первые 20 минут старайтесь духовку не открывать, иначе тесто не поднимется. Когда бисквит будет готов, подождите, когда он остынет, а потом аккуратно переложите на доску и разрежьте на аккуратные полумесяцы.

МЕДОВЫЕ ПОЦЕЛУЙЧИКИ

Возьмите 200 г меда, 250 г сахара, 1 кг муки, 3 яйца, 20 г пекарского порошка, 30 г сливочного масла, 200 г воды, корицу по вкусу, натертую кожуру лимона.

Выложите сахар и мед на сковороду, добавьте стакан воды и доведите до кипения. Снимите с огня, помешивая, охладите.

КАРМАНЧИКИ С ВАРЕНЬЕМ

Потребуется 300 г муки, 20 г пекарского порошка, 125 г сахарной пудры, 2 яйца, 75 г масла или маргарина, тертая цедра половины лимона, 2 чайные ложки ликера, ванилин, любое варенье.

Смешайте муку, ванилин, пекарский порошок, сахарную пудру и лимонную кожуру. Разотрите масло, добавьте яйца и ликер. Перемешайте и влейте в муку. Еще раз перемешайте и раскатайте толщиной 5 мм. Вырежьте печенье круглой формы. В середину каждого кружка положите ложку варенья, сверните вдвое, защипите края. С помощью лопатки выложите печенье на смазанный жиром противень и выпекайте в духовке примерно 20 минут.

Елена САФЬЯНОВА.
г. Козьмодемьянск,
Марий Эл.

РУЛЬКА

На 3-4 дня положите рульку в маринад. Затем запеките ее в духовке, выложите на поднос с различными гарнирами. В качестве гарнира используются отварной обжаренный картофель, тушеная квашеная капуста, гороховое пюре. Обязательно к этому блюду подаются хрен и горчица.

ЛЮБЛЮ ФАСОЛЬ С ГОРОШКОМ

СУПЧИК ГОРОХОВЫЙ С ВЕТЧИНОЙ

Возьмите 400 г гороха, хорошо промойте, замочите и отварите до готовности в этой же воде, добавив, когда закипит, измельченную ветчину - 200 г. Две морковки и головку лука нашинкуйте и спассеруйте на масле. Три картофелины порежьте соломкой и отварите до готовности. Затем соедините картофель с овощами и горохом. Посолите по вкусу. Доведите до кипения. Суп готов.

ГОРОХОВЫЙ СУП-ПЮРЕ

Для приготовления потребуется банка зеленого горошка, 2 картофелины, луковица. Горошек, картофель, нарезанный кубиками, и мелко порезанный лук опустите в кипящий бульон (0,7 л) и варите 10-15 минут. Затем взбейте миксером в однородную массу, посолите, добавьте специи и сметану. К такому супу хорошо подать гренки. С хлеба обрежьте корки, мякоть нарежьте кубиками и обжарьте на сковороде без масла.

ФАСОЛЬ, ТУШЕННАЯ С ПОЧКАМИ

Возьмите 500 г фасоли, 200 г почек, 4 зубчика чеснока, 2 головки лука, по полстакана бульона и сметаны, перец, соль.

Фасоль промойте и замочите на 4-6 часов. Затем положите в кастрюлю вместе с нарезанными почками, добавьте бульон и тушите до готовности. В конце тушения посолите, посыпьте перцем и чесноком, залейте сметаной.

ФАСОЛЬ ИЛИ ГОРОХ С ЛУКОМ

Стакан фасоли или гороха замочите на 4 часа. Затем отварите в этой же воде. Луковицу нашинкуйте и обжарьте в масле.

Когда фасоль сварится, слейте воду, смешайте с репчатым луком, посолите.

ФАСОЛЬ ИЛИ ГОРОХ С КОПЧЕНОЙ ГРУДИНКОЙ

Фасоль или горох замочите на 3-4 часа, затем отварите до готовности, посолите. Копченую грудинку нарежьте мелкими кусочками и обжарьте вместе с луком.

В сваренную фасоль добавьте грудинку, немного бульона, перемешайте, посыпьте перцем, чесноком и прогрейте.

ГОРОХ, ТУШЕННЫЙ С МОРКОВЬЮ

Стакан гороха замочите на 4 часа и отварите.

2-3 моркови мелко нарежьте и отварите. Затем смешайте горох с морковью, добавьте по столовой ложке муки и сливочного масла, по чайной ложке укропа, соли и сахара. Залейте бульоном и потушите.

НЕЖНО ХРУСТЯЩИЙ ГОРОХ

Отварите горох, положите его в разогретое растительное масло и, помешивая, жарьте примерно минуту. Затем влейте воду, положите соль и закройте крышкой.

Через 3 минуты крышку снимите. Потушите еще 6 минут, осторожно помешивая.

Вода испарится, и горох станет нежно хрустящим.

Светлана ВОЛКОВА.
Волгоград.

ПУХОВИК БЕЗ ПУХА

Самая пора приобретать и одеваться в теплые вещи. Как вдруг выясняется, что кашемировые пиджаки и пальто не спасают от холода, куртка не греет, стынут ноги в зимних колготках. Прежде чем покупать подобные вещи, нужно внимательнее читать этикетку, чтобы не ошибиться при выборе.

Как утверждают эксперты Международной конфедерации обществ потребителей, коричневую школьную форму для девочек в СССР шили из стопроцентного кашемира. Сегодня даже дорогие "кашемировые" пиджаки и пальто на самом деле таковыми не являются. Состав материала, из которого сшиты вещи, называемые кашемировыми, сейчас обычно такой: шерсть ягненка - от 8 до 30 процентов плюс обыкновенная шерсть и синтетика. Поддельный кашемир на морозе дубеет, а подлинный остается мягким. Если появляются шерстяные "катышки" - значит, качество низкое. А вот если к одежде липнут соринки-пылинки - значит, с пропорциями ягнячьей шерсти все в порядке. Можно, конечно, найти пиджак или пальто, сшитые из чистой ягнячьей шерсти (а это и есть настоящий кашемир), но только не на рынке. За таким товаром надо идти в фирменный магазин или классное ателье, но это будет дорогое удовольствие.

"Пуховики" тоже, как правило, пуховиками не являются. Под таким названием рыночные и магазинные продавцы обычно предлагают куртки с начинкой из ваты, синтепона и прочих составляющих. Когда на этикетке написано "cotton", значит, в качестве утеплителя использован стопроцентный хлопок. Если "wool" - внутри шерстяной ватин. Это в импортных куртках, а наш ватин - вата, пришитая к марле. Синтепон обозначается словом "polyester". А вот настоящий пух - гагачий, лебяжий, куриный ищите там, где написано "down". Но в чистом виде он встречается редко. Чаще в него добавляют перо - от 5 до 10 процентов и пишут "feather".

Что же касается зимних колготок, если там 70 процентов шерсти и 30 - синтетики, это нормально, они соответствуют российскому ГОСТу. Однако из ширпотребных марок, продающихся в основном на рынках, ни у одной нет такого состава, а есть акрил, лайкра, полиамид. Подобные колготки греют за счет своей толщины - они больше смахивают на рейтузы. Внешний вид теряется чуть ли не после первой стирки: растягиваются в длину и ширину, скатываются, электризуются. То же происходит с колготками из полиакрилнитрила - синтетического материала, который хорошо маскируется "под шерсть". Если на этикетке указано, что в составе колготок хлопка 30 процентов - они не зимние, а демисезонные, хлопка должно быть не меньше 50 процентов. Не уступает ему микрофибра, ее пористая структура хорошо удерживает тепло.

Толщина колготок, их плотность, у всех производителей измеряется в денах. У зимних она должна начинаться от 70-80 ден. В таких будет не холодно при легком морозце. Еще лучше, если написано 150 ден, - не замерзнете и в двадцатиградусный мороз. Если есть пометка "ЗД", то это двойные колготки, сделанные по типу термоса: у них двойная структура вязки, между которыми воздушная прослойка.

Каждую вещь характеризует этикетка - там все это должно быть написано. За тепло, конечно, приходится платить дороже. Но переплачивать за поддельную или некачественную одежду просто обидно.

Алексей МЯСНИКОВ.

ЗА ВСЕ ЗАПЛАТИТ

Бывший муж не работает, не платит алименты на ребенка, так как, по его словам, в совхозе не платят зарплату. Могу ли я стребовать с него алименты за последние 1,5 года?

Инна.

Имеет ли право жена через год после развода подать на раздел имущества? Мы разошлись без материальных претензий.

Игорь САЙКО.
Краснодар.

ЧЕРЕЗ ГОД -

Мой бывший муж после развода ушел к другой женщине. Я слышала, что они собираются зарегистрировать брак. У этой женщины есть приватизированная квартира. А мы с сыном остались вдвоем в небольшой двухкомнатной "распашонке". Нельзя ли через суд обязать бывшего супруга выписаться с нашей жилплощади и прописаться у новой жены?

М. СОМОВА.

РЕШЕНИЕ - ЗА МУЖЕМ

Прописывать ли вашего бывшего супруга в квартире, принадлежащей на праве собственности его новой жене, решает только собственница

месту жительства, но остается собственником площади, которую приватизировал или купил, со всеми вытекающими из этого последствиями. Ваш муж вправе при разделе имущества отказаться от квартиры в вашу пользу, но при условии, что будет прописан на другой площади

ЗА ВСЕ ЗАПЛАТИТ

Бывший муж не работает, не платит алименты на ребенка, так как, по его словам, в совхозе не платят зарплату. Могу ли я стребовать с него алименты за последние 1,5 года?

Инна.
Волоколамск.

В соответствии со ст. 113 Семейного кодекса РФ за прошедший период на основании соглашения об уплате алиментов или на основании исполнительного листа выплата производится в пределах трехлетнего срока, предшествовавшего предъявлению исполнительного листа или соглашения об уплате алиментов.

Размер задолженности определяется судебным приставом исходя из размеров алиментов, определенных решением суда или соглашением об уплате алиментов. Таким образом, вы вправе взыскать со своего бывшего мужа задолженность по алиментам за последние полтора года.

Имеет ли право жена через год после развода подать на раздел имущества? Мы разошлись без материальных претензий.

Игорь САЙКО.
Краснодар.

ЧЕРЕЗ ГОД - ПОЖАЛУЙСТА

Статья 38 Семейного кодекса РФ устанавливает трехлетний срок исковой давности для предъявления требования супругов о разделе общего имущества супругов, брак которых расторгнут.

Соответственно жена имеет полное право обратиться в суд по поводу раздела совместно нажитого имущества через год после развода.

Наталья МАКАРЕНКО,
адвокат.

Мой бывший муж после развода ушел к другой женщине. Я слышала, что они собираются зарегистрировать брак. У этой женщины есть приватизированная квартира. А мы с сыном остались вдвоем в небольшой двухкомнатной "распашонке". Нельзя ли через суд обязать бывшего супруга выписаться с нашей жилплощади и прописаться у новой жены?

М. СОМОВА.

РЕШЕНИЕ - ЗА МУЖЕМ

Прописывать ли вашего бывшего супруга в квартире, принадлежащей на праве собственности его новой жене, решает только собственница квартиры. Вопрос прописки здесь вообще не главный. Человек может быть зарегистрирован по какому угодно месту жительства, но остается собственником площади, которую приватизировал или купил, со всеми вытекающими из этого последствиями. Ваш муж вправе при разделе имущества отказаться от квартиры в вашу пользу, но при условии, что будет прописан на другой площади или станет ее собственником, конечно, если ему даст такую возможность собственник этого другого жилья.

СЕМЬЯ СТРАДАТЬ НЕ ДОЛЖНА

Муж в автоаварии серьезно повредил две чужие машины. Авария произошла по его вине - сел за руль в нетрезвом виде. Теперь ему предстоит возмещать моральный вред и материальный ущерб потерпевшим. Муж начал выплачивать долги, но на это уходит вся его зарплата. А она необходима семье, в первую очередь детям. Разве это справедливо?

К. МЕЛЛЕР.

Если ущерб посторонним людям наносит один из супругов, то возмещать его он обязан из своего имущества (доставшегося по наследству, подаренного лично ему, приобретенного до брака, купленного на средства, вырученные от продажи его имущества). Если этого для покрытия долга не хватает, потерпевший вправе потребовать выдела доли должника из совместного имущества супругов и продать ее.

Однако в соответствии со ст. 250 Гражданского кодекса при продаже доли в общей собственности постороннему лицу участники долевой собственности имеют преимущественное право покупки. Это значит, что продавец доли обязан предложить купить ее сначала им по рыночной цене, и только при их отказе за ту же цену (не дешевле!) реализовать ее кому-то другому.

Что может быть отнесено к личным долгам? Это алиментные обязательства, обязательства, возникшие из трудовых отношений, задолженность кого-то одного, образованная до брака, связанная с личными потребностями мужа или жены, и пр.

РАСХОДЫ ДЕЛЯТСЯ ПО СПРАВЕДЛИВОСТИ

В результате раздела имущества треть дачи составила долю моего бывшего мужа, а две трети остались за мной. Однако приходится постоянно платить за прокладку дороги, проводку коммуникаций и т.д. Как между нами должны распределяться эти расходы?

Л. КОЗЛОВА.

Каждый участник долевой собственности обязан соразмерно со своей долей участвовать в уплате налогов, сборов и иных платежей по общему имуществу, а также в издержках по его содержанию и сохранению (ст. 249 Гражданского кодекса РФ). Таким образом, одну треть названных вами расходов должен оплачивать ваш бывший муж, а две трети - вы.

Полоса подготовлена при участии экспертов журнала "Спрос"

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ!

1600 рублей

Цена чудо-печки указана с учетом доставки почтой.

ФАЛЬКО-ЕККЕЛЬ

Чудо-печка по немецкой лицензии

ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

Обогреет дом и дачу, **защитит** от неожиданных холодов парники и птичники, **приготовит** пищу. Не требует трубы дымохода и вытяжки. Практически не дает запаха, безопасна в эксплуатации, компактна.

Вес 5,5 кг. Работа без дозаправки 15 часов.
Топливо: дизельное (солярка), керосин.
Расход 2л/сут.

ПРИГОТОВЛЮ САМ К СТОЛУ КАРБОНАТ И ВЕТЧИНУ!

С помощью этой коптильни всего за 1,5 часа вы сможете самостоятельно в домашних условиях приготовить деликатесы из мясных и рыбных продуктов и полуфабрикатов.

Цена домашней коптильни указана с учетом доставки почтой.

790 рублей

Габариты . . . . 39,5 x 32,5 см
Масса . . . . .5,3 кг

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ

К Домашняя коптильня
Чудо-печка Фалько-Еккель

ФИО _____
Полный адрес (с индексом) _____

Наш адрес: 101000, Москва, Главпочтамт, а/я 344, "ДД-5"

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ!

ИНТЕРЬЕР ПО ГОРОСКОПУ

Наверное, каждый человек замечал, что в некоторых домах ему очень комфортно, а в другие и входить не хочется. Зачастую оказывается, что самый убежденный горожанин стремится провести отпуск в глухой деревне. Одни, невзирая на стиль интерьера, обязательно украшают жилище морскими пейзажами, а другие - книгами в тисненых переплетах. Во многом обстановка вашей квартиры определяется вкусом и финансовыми возможностями, но значительную роль играет и тот знак Зодиака, под которым вы родились.

Рожденные под знаком Марса **ОВНЫ** предназначены для "завоевания мира", а не для тихих вечеров в семейном кругу. Поэтому дом им нужен для того, чтобы было убежище, в которое можно возвратиться после долгих странствий и приключений. Овнам в принципе все равно, где жить - на морском побережье, в большом городе или маленькой деревеньке, хотя в идеале для них подошел бы дом, окруженный большим садом, где можно наслаждаться покоем, при этом не страдая от уединения.

Так как Овны довольно равнодушны к внешним безделушкам, их жилище обычно выдержано в современных стилях, а кухня оснащена самой современной техникой и массой приспособлений, позволяющих экономить время. В то же время жилище Овнов отличается яркими интерьерами, сочетанием самых разных материалов. Здесь вполне сочетаются как авангардные хайтековские мотивы, так и старинная мебель.

Для **ТЕЛЬЦОВ** дом - их основной капитал, среда, где они могут окружить себя тем, что приносит им радость. Как знак Земли, Тельцы мечтают обосноваться в деревне, иметь дом с яблоневым садом, цветником и огородом. В интерьере их дома ощущается стремление к комфорту - мягкое кресло, пушистый ковер. И даже если нет террасы с видом на сад, то его успешно заменят комнатные цветы на подоконнике.

Для **БЛИЗНЕЦОВ** потребность в общении просто жизненно необходима. К тому же, как всякий родившийся под знаком Воздуха, они свободолюбивы и склонны к авантюрам. Им необходимы собеседники, число которых может постоянно увеличиваться. Так что Близнецы могут жить только в больших городах. Причем предел мечтаний - современная квартира на последнем этаже. Но, невзирая на то каким окажется в конечном счете жилище Близнецов, можно смело утверждать, что в интерьере будут доминировать яркие цвета и освещение. Представители этого знака нуждаются в пространстве, поэтому мебели в квартире очень мало. Как правило, Близнецы отдают предпочтение современной мебели, где преобладают стекло и металл, создающие впечатление легкости и прозрачности. Благодаря тяге ко всему новому они довольно часто переезжают с места на место. А если это не удается, то в качестве моральной компенсации постоянно переставляют мебель.

РАКИ больше других знаков Зодиака привязаны к месту проживания. Приобрести дом, обставить и украсить его - жизненная потребность людей этого знака. Дом для них означает конкретный символ привязанности к корням, к семье. Их привлекают старые со своими традициями дома. Более того, Раки заботятся о них, как о живых существах, ремонтируют и реставрируют свой дом, тратят время на уход за мебелью, старыми вещами. И не имеет значения, что до осуществления мечты иметь такой дом могут пройти годы.

Пожалуй, главное место в их квартире - это кухня, где всегда витают аппетитные запахи. В комнатах преобладают пастельные тона. На диванах и креслах - вышитые или обшитые бархатом подушки. Где бы ни находилась квартира и каких бы размеров она ни была, можно с уверенностью сказать, что в ней царит теплая изнеженная атмосфера.

Мечты **ЛЬВА** об идеальном жилище столь же грандиозны, как и все его замыслы. Его домом должны быть как минимум замок или роскошные аппартаменты, нечто такое, что будет шокировать близких, вызывать зависть у недругов и позволит удовлетворить свои потребности. Но это мечты. В реальности же главное - много пространства, желательно несколько комнат с высокими потолками. Интерьер жилища людей этого знака точнее всего определяется как нечто дорогостоящее, редкое. И если Лев не может позволить себе дорогих изысков, он с успехом заменяет их чем-то оригинальным.

Методичные и конкретные **ДЕВЫ** день за днем, камень за камнем конструируют свое идеальное жилище в идеально подобранном месте. Главное в таком доме - функциональность. Он и расположен должен быть так, чтобы было удобно добираться. В интерьере царит абсолютная логика, а все предметы мебели подбираются так, чтобы облегчить повседневную жизнь. Оформление дома зачастую бывает немного мрачное, но всегда элегантное. Несколько старинных предметов или ковер ручной работы, доставшийся в наследство от прабабушки, сочетаются с современной обстановкой, но обязательно в классическом стиле. Девы избегают холодных тонов, отдавая предпочтение бежевым, розовым или светло-зеленым.

Наградив **ВЕСЫ** хорошим вкусом, Венера сделала их прекрасными хозяевами. Утонченные деликатные Весы умеют устраивать великолепные праздники, принимать гостей. И несмотря на любовь к путешествиям, Весы очень ценят свой интерьер. Ведь только в собственном доме люди этого знака находят покой и защиту от трудностей окружающего мира. Ненавидя крайности, они не испытывают никакой потребности в больших помещениях. Наоборот, ищут элегантные, гармоничные пропорции. В идеале Весы стремятся создать жилище, полное очарования и отражающее индивидуальность хозяина. Добиться этого Весам довольно просто, ведь обустройство дома - это их любимое хобби, а врожденный вкус позволяет с минимальными затратами создать дорогую обстановку.

СКОРПИОНЫ, несмотря на свою агрессивную энергетику, время от времени впадают в меланхолию и стремятся к уединению. Когда они испытывают жизненный дискомфорт, тогда-то и стараются найти утешение в стенах собственного дома.

Как правило, Скорпионы до самых мелочей продумывают интерьер и только потом начинают воплощать в жизнь свои замыслы. А поскольку Скорпионы - личности многогранные и неординарные, то их дом тоже выдержан в разных стилях. Для них вполне естественно иметь спальню в стиле "ампир" и кухню в стиле "кантри", гостиную - хай-тек. Но без сомнения можно сказать, что стены украшают морские пейзажи, а главное богатство квартиры - прекрасный аквариум с разноцветными рыбками, даже если для его приобретения пришлось соблюдать режим жесткой экономии.

Для **СТРЕЛЬЦА**, находящегося в вечном движении, дом - это то безопасное место, где можно сделать остановку хотя бы на пару часов. Главное, чтобы там все устраивало. Так же, как и Львам, Стрельцам необходимо ощущение свободного пространства, однако добиваются они его с помощью ширм, зачастую заменяющих двери. Вообще в создаваемых ими интерьерах преобладают экзотические мотивы. Это и сувениры, и обивки, и покрывала, и тропические растения.

Дом **КОЗЕРОГА** представляет собой идеальное убежище, ведь они любят устанавливать дистанцию между собой и другими. В большинстве случаев Козероги предпочитают оставаться дома с хорошей книгой и музыкой, чем посещать людные места.

А так как Козерог - знак Земли, то для него очень важна хорошая добротная мебель. Предпочтение в большинстве случаев отдается благородным материалам - дереву, коже, тяжелым тканям. Красивая, но несколько громоздкая мебель, бархатные шторы мрачноватых тонов - вот примерное описание интерьера типичного жилища Козерога. И обязательно "библиотечный угол" - книжный шкаф или этажерка, где будут собраны любимые книги, составляющие предмет гордости хозяина.

Для **ВОДОЛЕЕВ** жилище - это место, где они обдумывают дальнейшие планы. Для них характерны частые переезды, но каждый из домов - это дом будущего, выполненный в довольно авангардной манере, оснащенный современным компьютером, всевозможной бытовой техникой. Особое место всегда будут занимать домашний кинотеатр и коллекция любимых фильмов - ведь Водолеи страстные фанаты кинематографа.

Рожденные под знаком **РЫБ** все время стремятся убежать от реальности, которая кажется им несколько негуманной. Поэтому в своем доме они создают собственную вселенную. Если есть возможность, Рыбы стараются переехать в старый дом. То, что такой дом не очень функционален, не имеет особого значения, ведь Рыбы ищут поэзию, а не логику. А вот интерьеры, создаваемые Рыбами, - это отражение их личности, переполненной чувствительностью и любовью к неожиданностям. Поэтому можно с уверенностью сказать, что стандартных вещей в этом доме вы не обнаружите.

Александра ИЛЬИНСКАЯ.

Земли, Тельцы мечтают обосноваться в деревне, иметь дом с яблоневым садом, цветником и огородом. В интерьере их дома ощущается стремление к комфорту - мягкое кресло, пушистый ковер. И даже если нет террасы с видом на сад, то его успешно заменят комнатные цветы на подоконнике.

Для **БЛИЗНЕЦОВ** потребность в общении просто жизненно необходима. К тому же, как всякий родившийся под знаком Воздуха, они свободолюбивы и склонны к авантюрам. Им необходимы собеседники, число которых может постоянно меняться. Привлекают старые со своими традициями дома. Более того, Раки заботятся о них, как о живых существах, ремонтируют и реставрируют свой дом, тратят время на уход за мебелью, старыми вещами. И не имеет значения, что до осуществления мечты иметь такой дом могут пройти годы.

Пожалуй, главное место в их квартире - это кухня, где всегда витают аппетитные запахи. В комнатах преобладают пастельные тона. На диванах и креслах - вышитые или обшитые бархатом подушки. Где бы ни находилась квартира и каких бы размеров она ни была, можно с уверенностью сказать, что предметы мебели подбираются так, чтобы облегчить повседневную жизнь. Оформление дома зачастую бывает немного мрачное, но всегда элегантное. Несколько старинных предметов или ковер ручной работы, доставшийся в наследство от прабабушки, сочетаются с современной обстановкой, но обязательно в классическом стиле. Девы избегают холодных тонов, отдавая предпочтение бежевым, розовым или светло-зеленым.

Наградив **ВЕСЫ** хорошим вкусом, Венера сделала их прекрасными хозяевами. Утонченные деликатные Весы умеют

ГИГАНТ ИЛИ КАРЛИК?

Хотите узнать, насколько "вымахает" ваше чадо? В какой вид спорта согласно росту его определить? Все можно рассчитать. Для этого есть формулы, разработанные американскими физиологами, по которым, исходя из величины роста родителей, достаточно точно можно определить и рост ребенка.

Предельный рост мальчика равен (рост отца + рост матери) х 0,54 - 4,5.

Окончательный рост девочки равен (рост отца + рост матери) х 0,51 - 7,5. Расчет ведется в сантиметрах.

Конечно, из любого правила случаются исключения. На них могут повлиять разные факторы: рост более дальних предков, питание, климат, условия жизни и т.п.

Подготовила
Людмила ОСОКИНА.

ЧТО У ВАС НА ДУШЕ?

Этот тест разработан французскими психологами. Он помогает раскрыть неосознанные стороны человеческой личности. Если захотите узнать кое-что новое о себе, прочитайте его и подчеркните те слова, которые вам кажутся сейчас наиболее уместными. Старайтесь не обдумывать решения - это поможет получить более точную картину вашего душевного состояния на данный момент.

"Я вошел в комнату. Она была светлая (а), тесная (б), холодная (в). Посредине стоял стол (а), шкаф (б), телевизор (в). На нем красовалась хрустальная (а), керамическая (б), медная (в) ваза. В вазе - букет тюльпанов (а), роз (б), хризантем (в). Меня пригласили присесть на диван (а), в кожаное кресло (б), на стул (в). После этого предложили выпить стаканчик чая (а), сока (б), бокал вина (в). Мой взгляд привлекла картина (а), наткнулся на пятно (б), упал на лампу на стене (в). Занавески на окнах были прозрачные (а), колыхались (б), оказались плотно закрытыми (в). Внезапно зазвонил телефон (а), упала книга (б), залаяла собака (в). Я вздрогнул (а), вскочил (б), выбежал из комнаты (в)".

За каждый выбранный вариант "а" начислите себе по 3 очка, за "б" - 2, за "в" - 1 очко. Просуммируйте их, а затем взгляните на результат. *Итак:*

23-30 очков. У вас гармоничное состояние души. Вы ровный человек, у вас нет комплексов, и люди относятся к вам хорошо.

18-22 очка. При внешнем спокойствии в вашей душе живет тревога. Вы слишком впечатлительны и часто боитесь совершить нужный шаг. Будьте более решительны в своих действиях.

10-17 очков. Скорее всего, вас кто-то обидел. Вы затаили зло и не хотите прощать. Расслабьтесь - ненависть и зло разрушают человека и старят его буквально на глазах.

Если вы правильно выполнили условия теста, то получили представление о собственном состоянии, о котором, возможно, и не догадываетесь.

Подготовил
Владимир МИХАЙЛОВ.

кажется им несколько неуклюжей. Поэтому в своем доме они создают собственную вселенную. Если есть возможность, Рыбы стараются переехать в старый дом. То, что такой дом не очень функционален, не имеет особого значения, ведь Рыбы ищут поэзию, а не логику. А вот интерьеры, создаваемые Рыбами, - это отражение их личности, переполненной чувствительностью и любовью к неожиданностям. Поэтому можно с уверенностью сказать, что стандартных вещей в этом доме вы не обнаружите.

Александра ИЛЬИНСКАЯ.

Для **СТРЕЛЬЦА**, находящегося в вечном движении, дом - это то безопасное место, где можно сделать остановку хотя бы на пару часов. Главное, чтобы там все устраивало. Так же, как и Львам, Стрельцам необходимо ощущение свободного пространства, однако добиваются они его с помощью ширм, зачастую заменяющих двери. Вообще в создаваемых ими интерьерах преобладают экзотические морские пейзажи, а главное богатство квартиры - прекрасный аквариум с разноцветными рыбками, даже если для его приобретения пришлось соблюдать режим жесткой экономии.

МОДНЫЙ ПАЛЮДАРИУМ

В последнее время среди любителей-аквариумистов входят в моду палюдариумы (palus - в переводе с латыни "болото"). Это декоративные емкости, в которых поддерживается низкий уровень воды. В этих сосудах не содержат рыб. Его обычные обитатели - всевозможные красивые аквариумные растения и мелкие земноводные: маленькие лягушки, тритоны.

Для устройства палюдариума подходят прозрачные емкости с любой площадью дна, но высотой от 70 и более сантиметров. Они заполняются водой на одну треть или даже на одну четверть.

В палюдариуме устраивается несколько уровней из полочек-террасок, которые могут быть приклеены к стенам, а могут быть прикреплены к ним проволочными крючками.

Самый нижний уровень - на дне палюдариума, все растения там полностью покрыты водой. Средний размещается так, чтобы растения погружались в воду лишь наполовину. Растения на верхнем уровне целиком остаются в воздушной среде.

Размещать растения на этих террасках лучше всего в горшочках или низких плошках. Тогда их легко будет перемещать в зависимости от потребности того или иного растения во влаге и свете, при необходимости вынуть для пересадки или очистки. В горшках удобно приготовить грунт определенного состава, необходимый для каждого конкретного растения.

В качестве основы для грунта лучше всего использовать крупный речной песок. В него можно вносить разные органические добавки, допустимо даже использование садовой земли. Но все добавки должны находиться в глубине горшка и быть закрыты 2-3-сантиметровым слоем песка.

Палюдариум можно изготовить из органического стекла, склеенного специальным клеем. А так как уровень воды в нем не должен превышать 20-25 сантиметров, то вся конструкция будет относительно легкой и не нуждается в дополнительных усиливающих креплениях, применяемых при изготовлении аквариумов.

Освещение палюдариума может быть комбинированным - сочетать естественный и искусственный свет. В качестве дополнительного источника можно использовать бытовые лампы или лампы для оранжерей. Источник света можно помещать над палюдариумом. Если же его размещать внутри, то он должен быть герметически изолирован - попадание брызг воды на него недопустимо.

Людмила АЛЕКСАНДРОВА.

ПОПУГАЙ ПРИ ГАЛСТУКЕ

Мы купили на рынке у китайца попугая. Продавец не смог объяснить, что это за птица, только сказал, что живет "у них", в Китае. Попугай очень большой, зеленый, на крыльях бордовые пятна, на шее две полосы-"галстуки" - розовая и черная, клюв красный. Что это за попугай и как за ним ухаживать? Можно ли его научить говорить?

Ольга ДОЛГОЖИЛОВА.
Красноярск.

Судя по вашему описанию, это александрийский попугай. Он обитает в Юго-Восточной Азии, в том числе и в некоторых районах Китая. Птица действительно крупная - около 40-45 см и очень нарядная. То, что ваш попугай уже "при галстуках", говорит о том, что он достаточно взрослый, старше трех лет. У молодых птиц "галстуков" нет, да и клюв не красный, а морковного цвета.

Птица эта очень неприхотливая и, что немаловажно в наших условиях, "морозоустойчивая": может зимовать в неотапливаемых помещениях, лишь бы не было сквозняков, повышенной влажности и температура не опускалась бы ниже нуля. Держать александрийского попугая надо в большой клетке или просторном вольере. К людям он привязывается чрезвычайно быстро, становится абсолютно ручным и очень ласковым. За кроткий нрав и красоту любители очень ценят этих птиц.

Корм для александрийского попугая обычный: зерновая смесь, фрукты и овощи, хлеб, трава, всходы овса, кукуруза, творог, порубленное яйцо. Обязательно кладите в клетку свежие веточки липы, осины, рябины - попугай их с удовольствием погрызет. Свежая вода должна быть в клетке постоянно.

Научить попугая этой породы говорить, точнее, произносить отдельные слова можно, но это довольно сложно. Их способности к запоминанию и воспроизведению человеческой речи ограниченны, к тому же александрийский попугай "по жизни" молчалив в отличие от попугаев других пород, большинство из которых весьма горластые и болтливые.

Ольга ЛАРИОНОВА,
натуралист.

ДРУГ И СТОРОЖ

Расскажите, пожалуйста, о южнорусской овчарке. Можно ли держать ее дома?

Михаил ВОЛКОВ.
г. Ступино
Московской области.

[illegible] относительно [illegible] 250 лет. Предки - астурийские овчарки, попавшие в Таврическую губернию из Испании в конце

Интересна шерсть южнорусской овчарки: длинная (до 35 см), грубая и жесткая, волнистая, почти одинаковой длины по всем частям тела. Подшерсток же, наоборот, очень мягкий. Вообще, шерстный покров "кожака" столь плотен, что скрывает истинные пропорции. Относительным недостат

собака и выглядит опрятнее. В кормлении южнорусская овчарка абсолютно неприхотлива: прекрасно обойдется кашами, сдобренными стаканом молока или мясного бульона, сухим, размоченным в супе хлебом. При этом за счет своей подвижности почти никогда не страдает ожирением, что свойственно кавказским овчаркам и но-

Московской области.

Порода эта относительно молодая - ей около 200 лет. Предки - астурийские овчарки, попавшие в Таврическую губернию из Испании в конце XVIII века вместе с овцами-мериносами. Но для местных условий "испанцы" не годились, и овцеводы на основе этой породы вывели свою, скрещивая астурийских овчарок с овчарками азиатского типа и татарскими борзыми. Получилось замечательное животное, вобравшее в себя лучшие черты этих пород.

Из всех сторожевых собак "южак", пожалуй, более всего подходит для содержания в квартире, вообще в городских условиях. Смелые, недоверчивые к посторонним, злобные, эти собаки в отличие от "среднеазиатов" и "кавказцев" очень понятливы, легко дрессируются, реже проявляют немотивированную агрессию. Они подвижны, охотно играют с хозяевами, с другими собаками при встрече на нейтральной территории ведут себя сдержанно, редко нападают первыми, сознавая свою силу. Конечно, "кавказцы" несколько крупнее южнорусской овчарки, но все равно выглядит "южак" внушительно: выше среднего роста, сухой и поджарый, с мощной мордой.

...грубая и жесткая, волнистая, почти одинаковой длины по всем частям тела. Подшерсток же, наоборот, очень мягкий. Вообще, шерстный покров "южака" столь плотен, что скрывает истинные пропорции. Относительным недостатком можно считать то, что подшерсток как бы связывает волосы, вызывая их сваливание в плотную массу наподобие войлока. При открытом содержании это даже хорошо, так как "войлочный панцирь" служит дополнительной защитой от зимних холодов. Кстати, южнорусская овчарка прекрасно себя чувствует на морозе и легко акклиматизируется в любых регионах России. Но при квартирном содержании "южаков" лучше вычесывать регулярно, не допуская появления колтунов. К тому же расчесанная

ка абсолютно неприхотлива: прекрасно обойдется кашами, сдобренными стаканом молока или мясного бульона, сухим, размоченным в супе хлебом. При этом за счет своей подвижности почти никогда не страдает ожирением, что свойственно кавказским овчаркам и некоторым другим крупным породам - "ньюфам", сенбернарам.

С 5-6 месяцев южнорусскую овчарку необходимо последовательно дрессировать. Причем общую командную дрессировку проходить надо обязательно, а вот притравливать, специально вызывая у собаки злобность, не стоит, особенно если планируете держать ее в городской квартире.

Наталья ШАХОВСКАЯ,
кинолог.

ковного цвета.

Птица эта очень неприхотливая и, что немаловажно в наших условиях, "морозоустойчивая": *может зимовать в неотапливаемых помещениях,* лишь бы не было сквозняков, повышенной влажности и тем-

"по жизни" молчалив в отличие от попугаев других пород, большинство из которых весьма горластые и вопят не переставая.

Ольга ЛАРИОНОВА,
натуралист.

СПОРТЗАЛ ДЛЯ ХОМЯЧКА

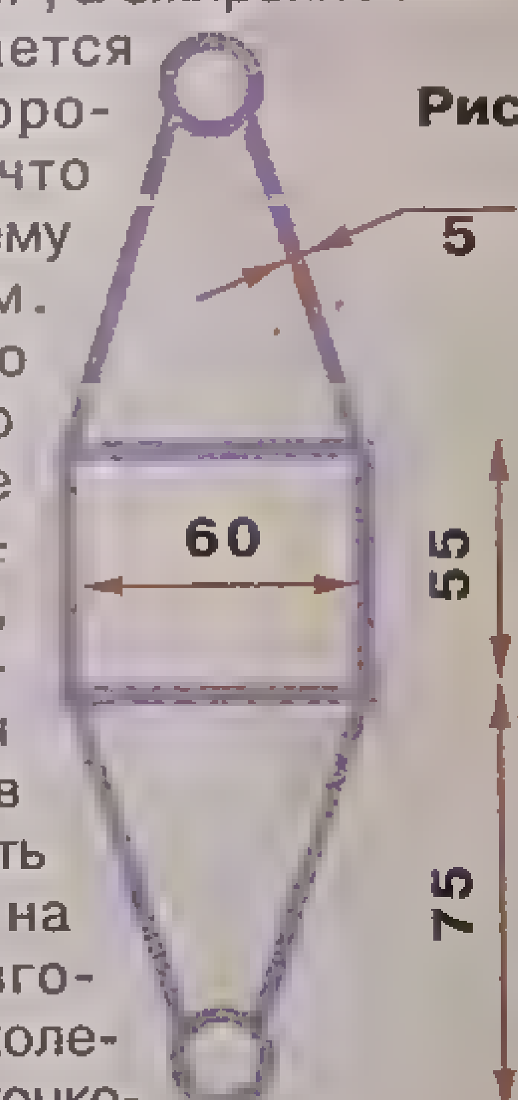
Как сделать колесо для хомячка? Как его к колесу приучить, чтобы он не страдал от гиподинамии? Ведь хомячки, я читал, склонны к ожирению и часто болеют из-за этого.

Олег АСПИСОВ. Тула.

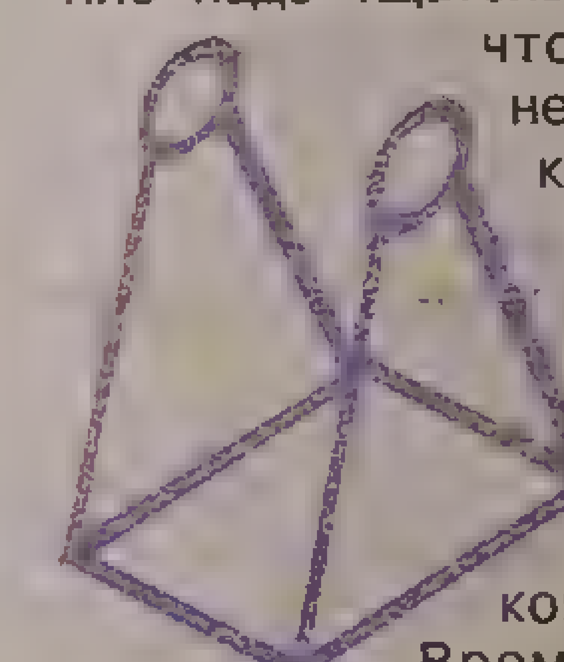
Рисунок 1

Действительно, это так. В неволе хомяк быстро "разъедается", а ожирение плохо сказывается на его здоровье. Так что "спортзал" ему необходим. Специально приучать его к колесу не надо, скорее всего, любопытный грызун сам будет в него залезать и "бегать на месте". Изготовляется колесо так. Из тонкого пластика или 3-4-миллиметровой фанеры выпиливаете два круга диаметром 140 мм. Делаете в них по три отверстия, а по ободу сверлите дырочки под перекладины **(рисунок 1)**. Перекладины - палочки диаметром 4 мм и длиной 50 мм. Собирается колесо на эпоксидном клее.

Рисунок 2



Теперь займемся основанием. Из листового металла делается развертка, которая затем сгибается **(рисунок 2)**. Основание надо тщательно зачистить, чтобы хомячок не ободрал лапки об заусенцы на металле. Колесо крепится к основанию с помощью пары винтиков **(рисунок 3)**.



Время от времени поглядывайте, не покушается ли ваш питомец на деревянные или пластиковые детали "тренажера". Если заметите, что он не прочь их погрызть, то лучше убирайте колесо из клетки и ставьте его туда лишь время от времени, чтобы хомячок бегал под присмотром.

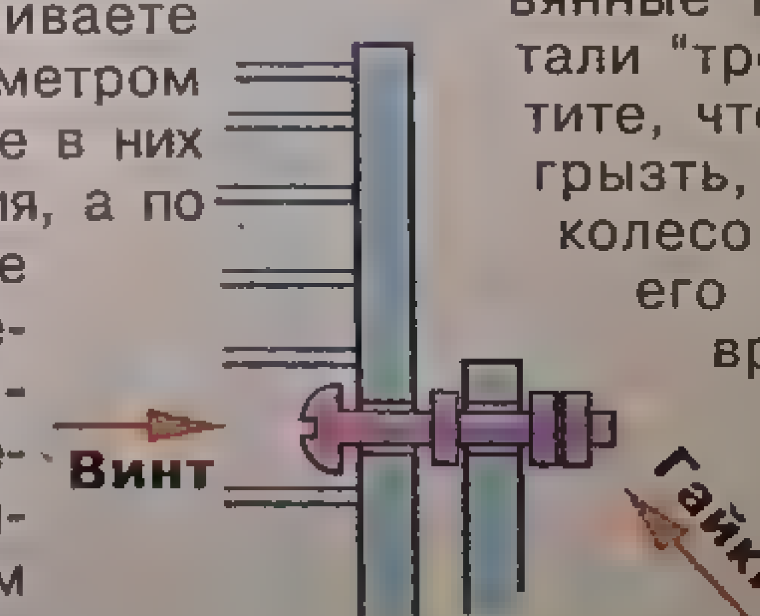


Рисунок 3

Алексей ТУМАНОВ.

ГИАЦИНТ ГИАЦИНТУ РОЗНЬ

В одной из газет с удивлением прочитала, что гиацинты можно высаживать прямо в воду и что в процессе роста эти цветы поглощают всевозможные вредные вещества, тем самым очищая водоемы. Хотелось бы узнать мнение "ДД". Честно говоря, с трудом верится, что гиацинты могут расти подобно кувшинкам.

Мария КАЛИНИНА. Москва.

Нам удалось разыскать публикацию, о которой пишет читательница. Путаница получилась потому, что авторы неверно указали название растения. Водяной гиацинт действительно существует, но называется он эйхорния. Его цветы чем-то похожи на соцветия популярного луковичного растения, но на этом сходство заканчивается.

Эйхорния - водное растение, обитающее в теплых африканских водоемах. На поверхности оно держится благодаря полым шаровидным черешкам. В загрязненной органическими стоками воде эйхорния быстро разрастается. Вода при этом действительно становится чище, но при этом содержание кислорода в ней стремительно уменьшается. А это означает, что рыба в таких водоемах жить уже не может. При обилии питательных веществ да еще в условиях теплого тропического климата эйхорния начинает быстро размножаться. Поэтому для некоторых африканских стран это растение стало самым настоящим стихийным бедствием - небольшие суда порой не могут пробиться сквозь заросли симпатичных голубых цветочков.

Для умеренного климата России эйхорния никакой опасности не представляет. В открытых водоемах летом она будет неплохо расти и даже цвести, но уже при нулевой температуре африканские водяные гиацинты погибают. Эйхорнию можно выращивать и как комнатное растение. Для этого нужен лишь подходящих размеров сосуд. Обычно вполне достаточно аквариума средних размеров. Подкармливать цветок следует обычным удобрением для домашних растений.

ТОВАРЫ ПОЧТОЙ К

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц. гарантия 18 мес.) **1143 р.**
Эл. сепаратор (220 В, 55 л/час, гарантия 12 мес.) **1451 р.**
Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1679 р.**
Эл. мясорубка (вес 4 кг, гарантия 1 год, в комплекте - соковыжималка) **1451 р.**
Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **945 р.**
Озонатор (12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1480 р.**
Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1523 р.**
Цена включает все затраты и действительна **до 26.02.2003 г.**

ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, телефон 8-383-2-74-04-42.

К **ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3**

220 В, 1,5 кВт - 9200 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - 4900 р.

М. Ленинский просп., 5 Донской пр-д, 21б, проходная ЭНИМС

Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

Внимание, дачники, садоводы и огородники! Вот и наступил февраль. Зима вот-вот закончится. Следовательно, самое время готовиться к дачному сезону. Пора подумать и о семенах.

Какими должны быть семена? Качественными, то есть проверенными. Значит, и покупать семена нужно только в проверенных фирмах. Но как узнать, где надежно, а где нет? Кто-то любит учиться методом

В ФИРМЕННЫХ ВАКУУМНЫХ ПАКЕТАХ, СЕРТИФИЦИРОВАНЫ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЕМЕННОЙ И КАРАНТИННОЙ ИНСПЕКЦИЯМИ К

СЕМЕНА - ПОЧТОЙ

С СЕМЕНАМИ ОТ "МарС" - КОСМИЧЕСКИЕ УРОЖАИ

АРБУЗ: Мелитопольский - **1-20**, Малыш (сахарный) - **1-50**.
БАКЛАЖАНЫ: Алмаз, Альбатрос - **0-98**, Снежный (белый) - **1-20**.
БОБЫ: Черные русские - **3-00**.
БРЮКВА: Куузику - **0-90**.
ДЫНЯ: Алтайская, Колхозница - **1-20**.
ГОРОХ: Альфа, Воронежский зеленый, Хавский жемчуг - **1-28**, ный, Муромский, Электрон, Эталон - **0-90**, Висконсин, Парад, Феникс - **0-98**, Алтай, Заречный, Водолей, Конкурент, Кустовой, Надежный, Новосельский - **1-05**, Аист - **1-13**, Береговой, Единство, Предгорный виноград, Светлячок - **1-20**, Засолочный, РС-2000 - **1-50**, Пальчик, Серпантин, Фаворит - **1-65**, Нежинский, Парижский корнишон - **1-95**, Великолепный, Солнеч-
ская - **0-90**, Листовая - **1-20**, Гейша - **1-50**.
САЛАТ: Московский парниковый, Новогодний, Фестивальный - **0-90**, Азарт, Кресс-салат узколистный, Одесский кучерявец - **0-98**, Аттракцион - **1-05**, Лолло Росса - **1-50**, Берлинский - **1-65**.
СВЕКЛА: Двухсеменная, Свекла одноростковая - **1-65**, Бордо, Красный шар -
силек смесь, Иберис белый, Мальва розовая, Нигелла голубая, Нигелла смесь - **0-90**, Диморфотека оранжевая - **0-98**, Вьюнок трехцветный, Гипсофила (3 вида), Космея смесь, Лен красный - **1-13**, Астры (25 видов) - **1-20**, Бальзамин розовый, Кларкия, Маттиола, Цинния (2 вида), Подсолнечник (2 вида), Цинния (6 видов), Нигелла роз-

ному сезону. Пора подумать и о семенах.

Какими должны быть семена? Качественными, то есть проверенными. Значит, и покупать семена нужно только в проверенных фирмах. Но как узнать, где надежно, а где нет? Кто-то привык учиться методом проб и ошибок. Но цена подобным экспериментам - зря потраченные силы и нервы и расстройства из-за плохого урожая.

Есть еще способ: прислушаться к мнению других. Узнать, где собратья-огородники покупали семена, которые давали прекрасные всходы. А потом стать клиентом той же, уже проверенной фирмы. Мы не раз писали о продукции ООО "Марс". Публикации заинтересовали наших читателей. В редакцию "Друга дома" приходит множество писем с просьбой поместить на страницах газеты новую информацию о семенах от "Марса". Причем среди полученной нами почты были письма с отзывами постоянных клиентов "Марса". Это российские садоводы, которые, однажды попробовав продукцию фирмы, теперь каждый сезон заказывают тут семена.

Каковы же достоинства ООО "Марс"? Во-первых, приемлемая цена при гарантированном качестве продукции, во-вторых, гибкая система скидок и широкий ассортимент продукции, в-третьих, и это, наверное, самое главное, - возможность заказывать семена по почте оптом и в розницу.

Сегодня мы познакомим вас с новинками ООО "Марс". Надеемся, наша информация окажется полезной для всех читателей рубрики "Во саду ли, в огороде".

С СЕМЕНАМИ ОТ "МарС" - КОСМИЧЕСКИЕ УРОЖАИ

АРБУЗ: Мелитопольский - **1-20**, Малыш (сахарный) - **1-50**.

БАКЛАЖАНЫ: Алмаз, Альбатрос - **0-98**, Снежный (белый) - **1-20**.

БОБЫ: Черные русские - **3-00**.

БРЮКВА: Куузику - **0-90**.

ДЫНЯ: Алтайская, Колхозница - **1-20**.

ГОРОХ: Альфа, Воронежский зеленый, Хавский жемчуг - **1-28**, Амброзия (сахарный) - **2-48**.

КАБАЧКИ: Белый Марроу, Горный - **1-05**, Грибовский - **1-20**, Аэронавт, Белоплодный - **1-28**, Зебра, Якорь - **1-35**, Ролик - **1-80**, Цуккини Фараон, Цуккини Черный красавец - **1-50**, Цуккини Цукеша - **1-95**, Овощное спагетти - **2-25**.

КАПУСТА: Брюссельская, Грибовская, Савойская, Листовая, Амагер, Зимовка, Золотой гектар, Июньская, Подарок, Слава, Ярославна - **0-90**, Точка, Белорусская, Вьюга, Лосиноостровская, Московская поздняя, Надежда, Полярная, Сибирячка, Тайнинская - **0-98**, Белоснежка, Брокколи, Дауэрвайс, Кольраби (белая, зеленая, красная), Краснокочанная, Судья, Юбилейная - **1-05**, Цветная Эрфуртская, Цветная МОВИР-74 - **1-50**, Крафт F1 - **2-25**, Цветная Сноуболл - **2-70**, Трансфер F1- **2-78**, Колобок F1 - **3-45**.

КУКУРУЗА: НАРТ 150, РОСС 209 - **1-20**.

ЛУК: Каратальский однолетний - **1-28**, Луганский - **1-35**, Батун, Маргеланский белый - **1-43**, Бессоновский, Стригуновский, Хавский однолетний - **1-50**, Золотничок, Мячковский, Порей, Штутгартер Ризен - **1-65**, Душистый - **1-95**, Даниловский красный - **2-10**, Ред Барон красный - **2-18**, Халцедон однолетний - **2-63**.

МОРКОВЬ: Марлинка, Рогнеда - **1-20**, Лосиноостровская - **1-28**, Болтекс, Витаминная, Московская зимняя, Нантская без сердцевины, Сент-Валери, Тушон - **1-35**, Королева осени, Леандр, НИИОХ - **1-43**, Флакки - **1-50**, Круглая Парижская - **1-65**, Нантская, Шантенэ - **1-80**.

ДРАЖЕ МОРКОВЬ (500 драже) - Витаминная, Московская зимняя, НИИОХ, Без сердцевины, Лосиноостровская, Нантская, Королева осени - **5-10**.

ДРАЖЕ ЛУК - Сибирский однолетний - **6-90**.

ОГУРЦЫ: Бидретта F1, Изящный, Муромский, Электрон, Эталон - **0-90**, Висконсин, Парад, Феникс - **0-98**, Алтай, Заречный, Водолей, Конкурент, Кустовой, Надежный, Новосельский - **1-05**, Аист - **1-13**, Береговой, Единство, Предгорный виноград, Светлячок - **1-20**, Засолочный, РС-2000 - **1-50**, Пальчик, Серпантин, Фаворит - **1-65**, Нежинский, Парижский корнишон - **1-95**, Великолепный, Солнечный, Степной - **2-18**, Голубчик F1 - **2-40**, Обильный, Родничок F1 - **2-85**, Бригантина F1, Дружина F1, Шремски F1 - **3-00**, Либелле F1, Малыш - **3-45**, Семкросс F1 - **3-75**, Журавленок F1 - **3-90**, Апрельский F1 - **5-85**, Отело F1, Сантана F1 - **6-75**, Паркер F1 - **12-30**.

ОГУРЦЫ САМООПЫЛЯЕМЫЕ: Фасон F1 - **3-00**, Зозуля F1 - **6-98**, Ивушка - **7-50**, Буян F1, Мазай F1, Подмосковные вечера F1 - **9-00**.

ПАТИССОНЫ: Белые - **1-43**.

ПАСТЕРНАК: Лучший из всех - **1-35**.

ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ: Подарок Молдовы - **0-98**, Богатырь, Винни-Пух, Волжанин, Здоровье, Золотой юбилей, Капитошка, Крепыш, Ласточка, Медаль, Нежность, Новогогошары, Тополин, Яблочко - **1-13**, Виктория - **1-80**, Калифорнийское чудо - **2-18**.

ПЕРЕЦ ОСТРЫЙ: Астраханский - **1-80**.

ПЕТРУШКА: Богатырь, Корневая, Листовая - **1-05**, Кудрявая - **1-20**.

ПРЯНЫЕ ТРАВЫ: Кервель, Тимьян - **0-90**, Базилик зеленый, Базилик карамельный, Змееголовник, Иссоп, Сельдерей корневой, Сельдерей листовой, Фенхель - **1-05**, Базилик фиолетовый, Горчица листовая, Мелисса, Тмин - **1-20**, Пустырник, Цикорий - **1-35**, Горчица белая - **1-80**, Эстрагон - **6-30**.

РЕДИС: Розово-красный с белым кончиком - **1-20**, Саратовский - **1-28**, Корунд, Красный великан, Ледяная сосулька - **1-43**, Вариант, Вюрцбургский, Заря, Моховский, Ранний красный, Родос, Софит - **1-50**, Рубин - **1-73**, Вера, Жара, Чемпион - **2-03**, 18 дней - **2-18**.

РЕДЬКА: Зимняя черная, Майская белая - **0-90**, Зеленая Маргеланская - **1-13**, Дайкон Саша - **1-50**, Дайкон Дубинушка - **1-80**.

РЕПА: Наманганская, Петровская - **0-90**, Листовая - **1-20**, Гейша - **1-50**.

САЛАТ: Московский парниковый, Новогодний, Фестивальный - **0-90**, Азарт, Кресс-салат узколистный, Одесский кучерявец - **0-98**, Аттракцион - **1-05**, Лолло Росса - **1-50**, Берлинский - **1-65**.

СВЕКЛА: Двухсеменная, Свекла одноростковая - **1-65**, Бордо, Красный шар - **1-73**, Египетская плоская - **1-90**, Детройт, Кормовая - **2-03**, Цилиндра - **2-78**.

ТАБАК КУРИТЕЛЬНЫЙ: Вирджиния - **1-80**, Трапезонд 362 - **3-45**, Кубанец - **4-90**.

ТОМАТЫ: Лагидный - **0-90**, Поток - **0-98**, Барнаульский консервный, Белый налив, Ранний 83, Волгоградец, Волгоградский 5/95, Гном, Дубрава, Земляк, Корсар, Московский осенний, Патрис, Перемога, Ракета, Флорадель, Чемпион - **1-05**, Алёна F1, Грот, Грушевидный, Дар Заволжья, Персей, Пикет - **1-13**, Венета, Грибовский грунтовой, Демидов, Лима, Никола, Пето-86, Пэкмор, Рома - **1-20**, Гранд, Огородник - **1-28**, Геркулес, Новинка Приднестровья, Титан, Яблонька России - **1-35**, Бычье сердце, Де-Барао (Золотой, Розовый, Красный, Черный), Золотое руно, Москвич, Челнок - **1-43**, Джина, Фонарик - **1-50**, Агата, Новичок - **1-65**, Дубок, Сибирский скороспелый - **1-80**, Хурма, Фитоус - 1-95, Взрыв, Крайний Север, Лонг Кипер, Розовый гигант, Ямал - **2-25**, Балконный - **2-40**.

ТУРНЕПС: Роговский - **0-98**, Золотой шар - **1-05**.

ТЫКВА: Волжская серая - **1-13**, Уфимская - **1-20**, Крупноплодная, Лечебная - **1-35**, Крошка - **1-50**, Стофунтовая - **2-18**.

УКРОП: Аврора, Дальний, Кибрай, Лесногородский, Салют, Грибовский, Обильнолиственный, Супердукат - **1-13**.

ФАСОЛЬ: Сакса - **1-80**, Хавская универсальная - **2-25**, Триумф Сахарный, Журавушка (спаржевая) - **2-40**, Вьющаяся Блэк Джек, Вьющаяся Херольд - **2-78**.

ФИЗАЛИС: Земляничный - **1-65**.

ШПИНАТ: Зимний гигант - **1-05**.

ЩАВЕЛЬ: Бельвильский, Широколистный - **1-50**.

ЦВЕТЫ: Василек белый, Василек смесь, Иберис белый, Мальва розовая, Нигелла голубая, Нигелла смесь - **0-90**, Диморфотека оранжевая - **0-98**, Вьюнок трехцветный, Гипсофила (3 вида), Космея смесь, Лен красный - **1-13**, Астры (25 видов) - **1-20**, Бальзамин розовый, Кларкия, Маттиола, Целозия (2 вида), Подсолнечник (2 вида), Цинния (6 видов) , Нигелла розовая, Хризантема, Люпин однолетний, Рудбекия (однолетняя, многолетняя) - **1-35**, Эшшольция (2 вида) - **1-43**, Гвоздика китайская, Капуста декоративная листовая, Петуния однолетняя (3 вида) - **1-50**, Гвоздика турецкая двухлетняя, Лакфиоль - **1-65**, Кореопсис - **1-73**, Нивянник многолетний - **1-80**, Василек сиреневый, Гвоздика перистая, Люпин многолетний - **2-00**, Капуста декоративная кочанная - **2-70**.

СТИМУЛЯТОР РОСТА:
Иммуноцитофит - 9-75
(1 упаковка - 10 таблеток на 20 литров раствора)

МИНИМАЛЬНЫЙ ЗАКАЗ - 80 руб. - почтовые расходы

Чем больше заказ, тем меньше почтовые расходы! (в процентном отношении)

Заказы присылать по адресу:
119017, Москва,
Бол. Толмачевский пер., д.3
Фирма "МарС"

по факсам: **(095) 953-30-75, 951-73-56**
по электронной почте:
mars@mar-s.ru

СИСТЕМА СКИДОК ПРИ СУММАХ БОЛЕЕ:
1000 руб. - 5%
2000 руб. - 9%
3000 руб. - 13%

Заказы свыше 2000 руб. выполняются после предоплаты почтовым переводом в размере 50% от стоимости заказа по указанному адресу, получатель: **Маршак И.И.** Эти заказы и копию квитанции об оплате высылайте только **заказным письмом или по факсу.**

ПРИ ОПТОВОЙ ПРОДАЖЕ НА МЕСТЕ ПРЕДУСМОТРЕНЫ СКИДКИ ОТ 30% ДО 50% ОТ УКАЗАННЫХ ВЫШЕ ЦЕН!

КАК СТАТЬ ЭЛЕГАНТНЫМ

Каждый мужчина хочет выглядеть элегантным. Вот несколько полезных советов на этот счет.

Прежде всего, чтобы костюм дольше носился, не терял вида, необходимо раз в неделю основательно чистить его щеткой.

Блеск на локтях, манжетах, воротнике и на коленях легко удаляется щеткой, смоченной в растворе из трех частей столового уксуса и одной части воды.

Глянец, появившийся на темном костюме от частой утюжки, можно удалить струей пара (из носика кипящего чайника) или протереть залоснившиеся места ваткой, смоченной в заварке чая.

Ворот пиджака с внутренней стороны хорошо протереть разрезанной сырой картофелиной, а затем - сухой тряпочкой.

Жирные пятна можно вывести очищенным бензином. После этого костюм повесьте на вешалке или расстелите на столе и тщательно почистите щеткой, смоченной в мыльной воде. Делать это следует так, чтобы подкладка не намокала. Почистите костюм 1-2 раза, повесьте в прохладное место, а затем через тряпку отутюжьте.

Чтобы складки на брюках держались дольше, надо натереть их с изнанки сухим мылом, а затем отутюжить.

Только в тщательно выглаженной вещи мужчина выглядит элегантным и аккуратным. Для глажения каждой вещи существуют свои правила. Мужские сорочки следует гладить в такой последовательности: сначала кокетку на спине, потом воротник (сперва с изнанки от углов к середине, а затем так же с лица), потом планку, манжеты и рукава, их гладят от плеча вниз.

Если у вас есть гладильная доска, то с глажкой вообще не возникнет никаких проблем. А если приходится гладить на столе, то и здесь есть свои правила. Сорочку с застежкой до конца гладить проще, а вот ту, которая надевается через голову, начинают гладить со спины, сложив вдвое. Затем раскладывают. Разутюживают образовавшуюся складку и проглаживают перед.

Сорочку обычно гладят с лицевой стороны. Но если на ней есть вышивка, то с изнанки, чтобы узор получился выпуклым. Сорочке дают остыть и вешают на плечики в шкаф.

Утюжка брюк для некоторых - дело привычное. И все же как часто мы видим "пузыри" на коленях и залоснившиеся карманы на вполне, казалось бы, приличных брюках своих коллег. Значит, уход за этим предметом одежды для них представляет определенные сложности. Попробуйте сделать так.

Если брюки приходится гладить после стирки, начинайте утюжить с изнанки - все швы, подкладку, карманы сначала "насухо", а потом через влажную тряпочку. Утюг при этом должен быть хорошо нагрет. Вывернув на лицевую сторону, отутюжьте их верхнюю часть и пояс, затем сложите брюки так, чтобы боковые и шаговые (внутренние) швы, а также передние вытачки совпадали. Гладить начинают с внутренних сторон брючин, а затем переходят на внешние и гладят, пока тряпка не станет сухой.

Если брюки вытянулись на коленях, это место с изнанки смочите водой, а потом выверните и отутюжьте, положив под утюг еще одну тряпочку.

На джинсах и вельветовых брюках стрелки обычно не делаются. Если же вельветовые брюки входят в костюм, то стрелка нужна. Вельветовые вещи гладят осторожно, среднегорячим утюгом. Прогладив, жесткой щеткой сразу же проводят против ворса, чтобы он приподнялся.

С элегантным костюмом, как праздничным, так и для каждого дня, носят однотонную обувь. К менее строгому костюму подходит обувь спортивного стиля.

Тем, кто предпочитает брючному ремню подтяжки, не мешает знать, что, какими бы красивыми они ни были, ими не принято щеголять перед окружающими. Их носят под пиджаком или свитером.

И в заключение еще два деловых совета.

Почему-то принято считать мужским одеколоном только "Шипр". Он обладает стойким и резким запахом, а это не всегда приятно окружающим. Попробуйте одеколон с более тонким ароматом.

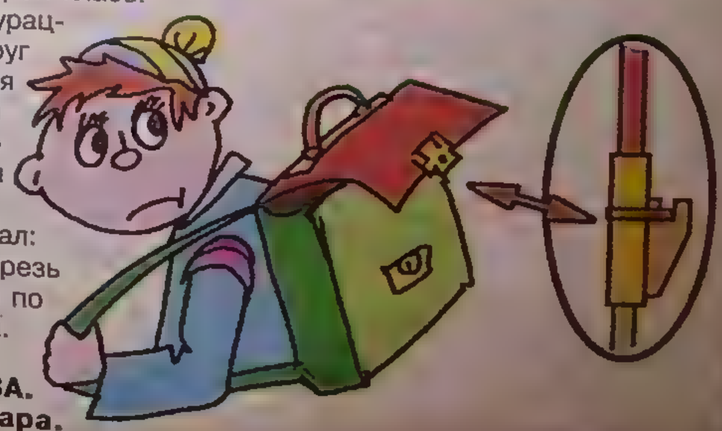
Все заботы о внешности пойдут насмарку, если забыть о гигиене ног. Мужчины с повышенной потливостью ежедневно должны мыть ноги теплой водой с мылом, а кожу подошв и между пальцами протирать туалетным уксусом или слабым раствором столового уксуса. Раз в неделю можно засыпать в носки или припудривать стопы гальманином или порошком следующего состава: равные части талька, окиси цинка и борной кислоты. Причем носки следует менять ежедневно. Их цвет должен гармонировать с цветом брюк, обуви и галстука.

Анатолий САФОНОВ.

РАНЕЦ НЕ ОТКРОЕТСЯ

У нас сын ходит в школу, во второй класс. Последнее время у них какая-то дурацкая забава появилась - по ранцу друг друга хлопать. А там такая пружинная застежка-язычок. Хлопнешь по ней - и ранец нараспашку, все из него вылетает. Он так и пенал терял, и коробку с красками.

Тогда мой муж вот что придумал: пропилил у основания язычка прорезь (см. рисунок). Теперь как ни хлопай по замочку, ничего не расстегивается.



Ольга ПРОХОРОВА.
Самара.

НОВАЯ ЖИЗНЬ СТАРОГО КРЕСЛА

Вот уже добрых пять лет россияне сидят на так называемых офисных креслах вначале импортного, а теперь - отечественного производства. Они довольно удобны: вращаются, регулируются, но именно эти качества приводят к их быстрому выходу из строя - много

НОВАЯ ЖИЗНЬ СТАРОГО КРЕСЛА

Вот уже добрых пять лет россияне сидят на так называемых офисных креслах вначале импортного, а теперь - отечественного производства. Они довольно удобны: вращаются, регулируются, но именно эти качества приводят к их быстрому выходу из строя - много подвижных деталей. Слабенький (особенно отечественный) крепеж, штампованные кронштейны быстро ломаются. Ремонт нецелесообразен ввиду дороговизны, кресла списываются и выбрасываются. Вот здесь-то открывается настоящий простор для домашнего мастера, если проявить сметку и приложить руки!

Варианты применения крестовины с газовым патроном:
а) как подставка под TV;
б) как журнальный столик;
в) подцветочник;
г) как основание под елку.

Речь пойдет об использовании нижней части кресла - крестовины с роликами и газовым патроном. На рисунках показано лишь несколько вариантов применения этих деталей. Выбрав любой из них, остается лишь изготовить соответствующее покрытие из ДСП или многослойной фанеры и закрепить его внутренней стороной на предварительно снятый с сиденья кресла кронштейн. Эту операцию можно выполнить с помощью нескольких шурупов. При этом потребуется просверлить в кронштейне несколько новых отверстий до 4 мм диаметром, поскольку готовые - слишком широкие. В итоге получите столик, подставку и другое с регулируемой высотой при помощи газового патрона и педали.

Если возникнет необходимость применить крестовину как основание для новогодней елки, то газовый патрон вынимается, а вместо него вставляется подготовленный по диаметру комель дерева.

Для того чтобы подогнать крестовину под цвет интерьера, ее можно покрасить. Если вам не нужна подвижность крестовины, то из нее следует удалить ролики, а на выступающие к полу лапы подклеить резинки против скольжения или повреждения пола.

Сергей ДМИТРИЕВ.

Пропилил у основания язычка прорезь (см. рисунок). Теперь как ни хлопай по замочку, ничего не расстегивается.

Ольга ПРОХОРОВА.
Самара.

ТЕХНОСОФТ - Компьютерный центр

Ⓜ Бауманская, ул. Старая Басманная, д. 25. Тел.: 261 3401. E-mail: contacts@pclife.ru

Логотипы Intel Inside* и Pentium* являются зарегистрированными товарными знаками Intel Corporation

ОХОТНИЧЬЕ УГОЩЕНИЕ

Конечно, чаще всего в нашем меню присутствуют курица, свинина да говядина. Реже мы балуем себя бараниной или уткой. Но существует еще масса блюд, приготовленных из дичи. Недаром же наши предки отдавали должное жареным перепелкам и запеченным кабанам.

И сегодня в Клубе взаимопомощи по просьбе Марии КОЛЕСНИКОВОЙ из Иркутска наши читатели поделились своими секретами приготовления дичи.

Вот что готовит **Ольга ЕРЕМЕЕВА** из **пос. Чагода Вологодской области**.

ОТВАРНОЙ ЗАЯЦ В СОУСЕ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ

На тушку зайца возьмите головку лука, 2 корня петрушки, 2 столовые ложки жира, большой соленый огурец, 2 столовые ложки муки, полстакана кислого вина, стакан сметаны, зелень, свежие или консервированные грибы.

Мясо залейте водой, доведите до кипения, пену снимите. Добавьте приправы и варите на медленном огне до готовности. Удалите кости, мякоть мелко нарежьте. В жире потушите порезанные соленый огурец и грибы, через некоторое время добавьте муку, процеженный бульон, вино и немного поварите. В готовый соус влейте сметану, заправьте мелко порезанной зеленью, залейте им мясо и доведите до кипения.

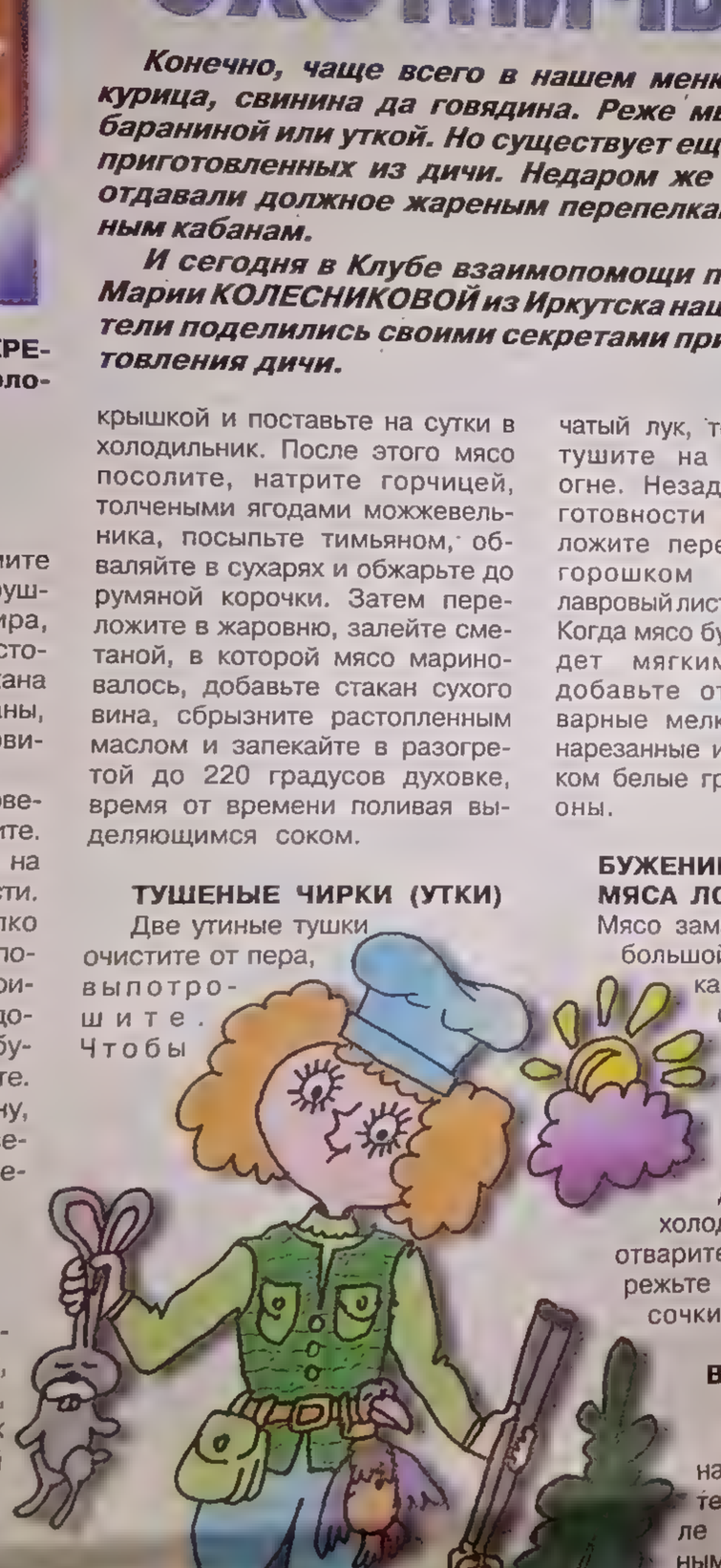
ЖАРКОЕ С ЛУКОМ И КАРТОФЕЛЕМ

Мясо лося или кабана разрежьте на кусочки по 100 г, каждый отбейте, поперчите, посолите и обжарьте с обеих сторон до светло-коричневой корочки. Переложите в сотейник, залейте

крышкой и поставьте на сутки в холодильник. После этого мясо посолите, натрите горчицей, толчеными ягодами можжевельника, посыпьте тимьяном, обваляйте в сухарях и обжарьте до румяной корочки. Затем переложите в жаровню, залейте сметаной, в которой мясо мариновалось, добавьте стакан сухого вина, сбрызните растопленным маслом и запекайте в разогретой до 220 градусов духовке, время от времени поливая выделяющимся соком.

ТУШЕНЫЕ ЧИРКИ (УТКИ)

Две утиные тушки очистите от пера, выпотрошите. Чтобы



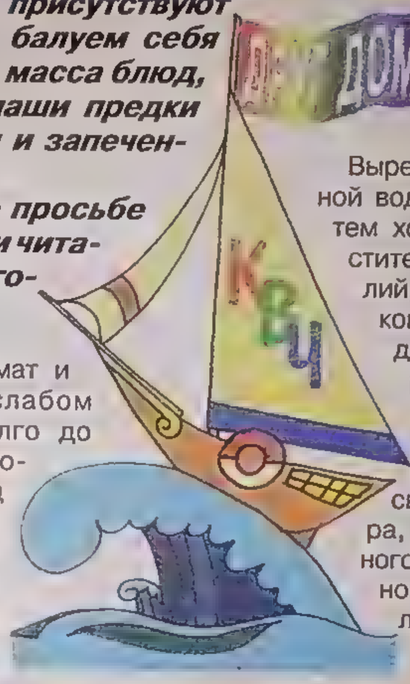
чатый лук, томат и тушите на слабом огне. Незадолго до готовности положите перец горошком и лавровый лист. Когда мясо будет мягким, добавьте отварные мелко нарезанные и обжаренные с луком белые грибы или шампиньоны.

БУЖЕНИНА ИЗ МЯСА ЛОСЯ

Мясо замаринуйте вместе с большой головкой чеснока, горчицей, солью и перцем в хлебном квасе или простокваше. Все специи берутся на ваш вкус. Оставьте мясо в маринаде часов на 12 в холодном месте. Затем отварите, остудите и нарежьте на порционные кусочки.

ВАЛЬДШНЕПЫ С ГРИБАМИ

Тушки разрежьте на 4 части и обжарьте на сливочном масле с мелко порезанным луком. Когда появится румяная коро-



на, 4 зубчика чеснока, 2 сладких болгарских перца, 100 г твердого сыра, соль, перец по вкусу.

Вырезку вымочите в холодной воде в течение суток. Затем хорошо промойте, зачистите от пленок и сухожилий, разрежьте на 2 одинаковых куска. Отбейте каждый кусок с обеих сторон деревянной тяпкой, хорошо обсушите бумажными салфетками, натрите смесью молотого кориандра, куркумы, раздавленного чеснока, соли и черного молотого перца. После этого обмажьте мясо растительным маслом, сложите в эмалированную посуду и поставьте в холодильник на 3 часа. Подготовленное таким образом мясо наденьте на вертел, обвяжите шпагатом и зажарьте либо над углями, либо в гриле. Готовое мясо порежьте порционными кусочками, выложите на блюдо, посыпьте тертым сыром, колечками болгарского перца и подавайте с хреном.

БАРБЕКЮ "ФИНЛЯНДИЯ"

Потребуется 1 кг мяса кабана (желательно окорок), полстакана молотых сухарей, 3 зубчика чеснока, небольшой пучок петрушки, 2 столовые ложки растительного масла, сок лимона, соль, черный перец по вкусу.

Но прежде надо приготовить маринад. Для этого очистите и нарежьте кольцами луковицу, добавьте измельченный стручок красного жгучего перца, 2 измельченных зубчика чеснока, по 2 чайных ложки молотого имбиря и кориандра, чайную ложку куркумы. Все хорошо перемешайте и залейте стаканом лимонного сока и 2 стаканами белого вина.

Окорок замочите в холодной воде на 12 часов, по возможности каждые два часа меняя воду. Затем промойте под холодной проточной водой, зачистите от пленок и нарежьте поперек волокон нетолстыми порционными кусочками. Отбейте их с обеих сторон, обсушите и замаринуйте в приготовленном маринаде на сутки. Смешайте молотые сухари, раздавленный чеснок, измельченную зелень петрушки, соль, черный перец и растительное масло и натрите этой смесью замаринованные кусочки мяса. Выложите их на решетку и обжарьте над углями (или в духовке). Готовое блюдо сбрызните лимонным соком.

А ТЕПЕРЬ НОВЫЕ ВОПРОСЫ, ПРИСЛАННЫЕ В КЛУБ ВЗАИМОПОМОЩИ НАШИМИ ЧИТАТЕЛЯМИ

Как лучше хранить косметику и парфюмерию, чтобы она подольше не засыхала и не портилась?

Светлана СУХАНОВА.
Оренбург.

Можно ли убрать с серебряного браслета йодовое пятно? Если это возможно, то как это сделать?

Татьяна ИВАНОВА.
с. Шипицыно
Новосибирской области.

КАК САМОМУ

каждый отбейте, поперчите, посолите и обжарьте с обеих сторон до светло-коричневой корочки. Переложите в сотейник, залейте водой или бульоном. Добавьте картофель из расчета 2 картофелины на каждый кусок мяса и такое же количество мелких луковиц. В каждую луковичку можно положить по гвоздичке. Посолите, поперчите, добавьте специи. Тушите под тяжелой крышкой. За 5 минут до готовности можете влить немного острого соуса.

ТУШЕНОЕ МЯСО С ЛУКОМ И ОВОЩАМИ

Вам потребуется: 250 г мякоти лосятины, 2 столовые ложки жира, 400 г мелкого лука, 800 г овощей (моркови, капусты, фасоли), 4 картофелины, 3 стакана воды, соль, зелень, пряности.

Мясо нарежьте небольшими кубиками, обжарьте в сотейнике в жире, добавьте воду и тушите до полуготовности. Добавьте нарезанные овощи, сверху уложите картофель и луковички. Посолите, добавьте пряности и тушите под тяжелой крышкой. Мешать не надо. В случае необходимости можно подлить воду или бульон.

Поделилась своими рецептами и **Светлана ИВАНОВА из Магнитогорска Челябинской области**.

ЗАЯЦ С ТИМЬЯНОМ И СМЕТАНОЙ

Тушку зайца весом примерно 1 кг разрежьте на 8 частей, освободите от пленок, натрите тимьяном, сложите в миску и залейте 500 г сметаны. Накройте

избавиться от специфического запаха, положите на сутки в прокипяченный остуженный маринад. Для его приготовления смешайте стакан столового уксуса, 3 стакана воды, положите 5 горошин перца, 2 лавровых листа.

Замаринованные тушки нашпигуйте тонкими замороженными полосками сала (50 г, не больше) и обжарьте до румяной корочки. Переложите в жаровню, добавьте немного воды и вместе со специями (лавровым листом, перцем, солью) и разрезанными на 4 части 2 луковицами тушите под крышкой на медленном огне примерно час. Когда утки станут мягкими, добавьте лимонный сок и через 1-2 минуты снимите с огня. Подавая, полейте соком, в котором они тушились.

Интересными охотничьими рецептами поделилась **Александра СОКОЛОВА из г. Вольск Саратовской области**.

МЯСО ЛОСЯ, ТУШЕННОЕ С ГРИБАМИ

С боковой и наружной части задней ноги нарежьте поперек волокон куски мяса. Отбейте, положите на разогретую с жиром сковороду и обжарьте. Затем добавьте нарезанныйреп-

...очки.

ВАЛЬДШНЕПЫ С ГРИБАМИ

Тушки разрежьте на 4 части и обжарьте на сливочном масле с мелко порезанным луком. Когда появится румяная корочка, влейте 50 г коньяка, столовую ложку лимонного сока, добавьте мелко нарезанные грибы (любые - на ваш вкус и в произвольном количестве). Посолите, поперчите и доведите до готовности.

ГЛУХАРЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ ПЕЧЕНКОЙ И АРАХИСОМ

Обработанную и вымытую тушку глухаря обсушите салфеткой и осторожно выньте грудную кость. Посолите. Печень глухаря или любой другой птицы вместе с 2 мелко порезанными и пассерованными луковицами, замоченными в молоке 2 ломтиками хлеба пропустите через мясорубку. Смешайте с измельченной зеленью эстрагона, солью, перцем, стаканом обжаренного и растолченного арахиса. Вбейте в фарш 2 яйца. Все хорошо вымешайте и начините тушку.

Нафаршированную птицу выложите на противень, полейте стаканом растительного масла и запекайте в духовке 2 часа, периодически поливая выделяющимся соком.

А вот **Лариса СОРОКИНА** из **Нижнего Новгорода** советует приготовить из дичи барбекю.

БАРБЕКЮ "КАРЕЛИЯ"

Возьмите 1 кг вырезки лося, по полстакана растительного масла и растопленного жира, пол чайной ложки молотого кориандра, пол чайной ложки куркумы, 2 столовые ложки тертого хре-

черный перец по вкусу.

Но прежде надо приготовить маринад. Для этого очистите и нарежьте кольцами луковицу, добавьте измельченный стручок красного жгучего пер-

...рряного браслета йодовое пятно? Если это возможно, то как это сделать?

Татьяна ИВАНОВА. с. Шипицыно Новосибирской области.

КАК САМОМУ ПЕРЕПЛЕСТИ КНИГУ

Техника переплета довольно проста. Достаточно иметь иголку, нитку, острый нож, линейку (желательно металлическую), клей, клейстер и кисточку.

Прежде всего нужно разделить книгу на отдельные тетрадки и осторожно, не нарушая целостности листов в корешке, очистить их от старого клея. Затем, нарезав из тонкой бумаги полоски шириной 1,5-2 см, наклеить их клейстером на все поврежденные места и дать просохнуть. После этого плотно уложить листы в сгибе, зажать между двумя линейками и острым ножом или пилой-ножовкой сделать надрезы в трех местах. Надпиливать надо слегка, так, чтобы от пропила образовалась дырочка на внутренних листах.

Заранее следует приготовить куски пеньковой бечевки длиной 6-8 см (в 3-5 раз длиннее толщины книги).

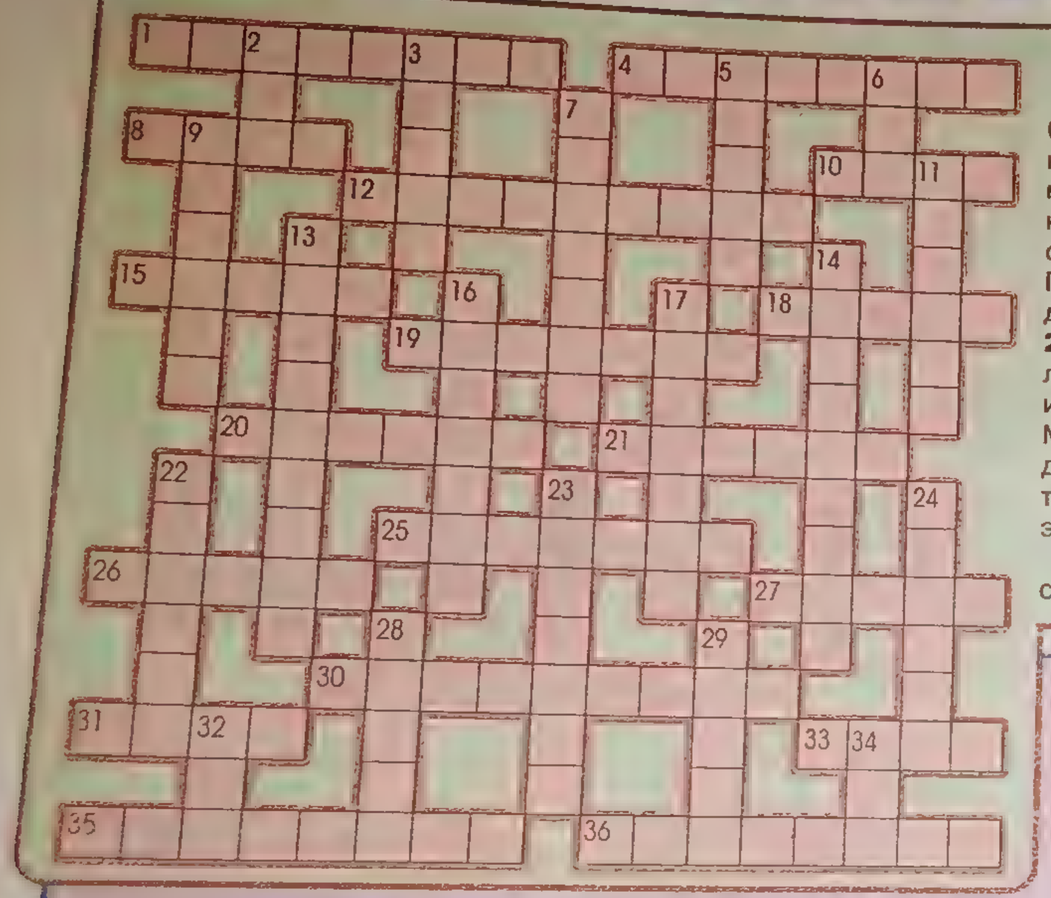
После пропиливания книгу положите корешком в правую сторону лицом вниз. Взять первую сверху тетрадь, разогнуть и, держа корешком вверх, продеть иголку с ниткой снаружи внутрь тетради на расстоянии 1,5-2 см от первого справа пропила, оставляя снаружи свободный кончик нитки длиной 5-6 см. Дальше иголка идет изнутри наружу, в первый пропил для бечевки, огибает бечевку и через тот же пропил возвращается внутрь. Так же поступают со второй и третьей бечевкой. Нитку взять за оба конца и натянуть, а бечевку выправить поперек корешка. Точно так же прошить вторую тетрадку, только в обратном направлении, затем третью и так далее.

Когда книга сшита, бечевки отрезают, оставив сверху и снизу концы по 3-4 см. Затем следует концы бечевки растрепать и, туго натянув, приклеить к внешним сторонам форзаца (листы бумаги, прикрепляемые к первому и последнему листам книги). Затем корешок снова зажимают между двумя дощечками, смазывают жидким столярным клеем, втирая кистью так, чтобы он слегка проник между тетрадями, и дают просохнуть под грузом.

После того как клей на корешке книги высох, ее надо обрезать. Потом вырезать два куска картона, ширина которых совпадает с шириной книги, а высота на 3-5 мм снизу и сверху больше высоты книги. Картон приклеивают к форзацу, смазав его узкой полоской клея на том месте, где форзац прилегает к корешку. Далее надо наклеить корешок (из кожи или коленкора), превышающий на 6-8 см толщину книги и на 3-4 см ее длину. Внешние стороны форзацев приклеивают к внутренним сторонам переплета так, чтобы закрыть неровности концов корешка и склеенной бумаги. После этого следует положить книгу под пресс и просушить.

Анатолий САФОНОВ.

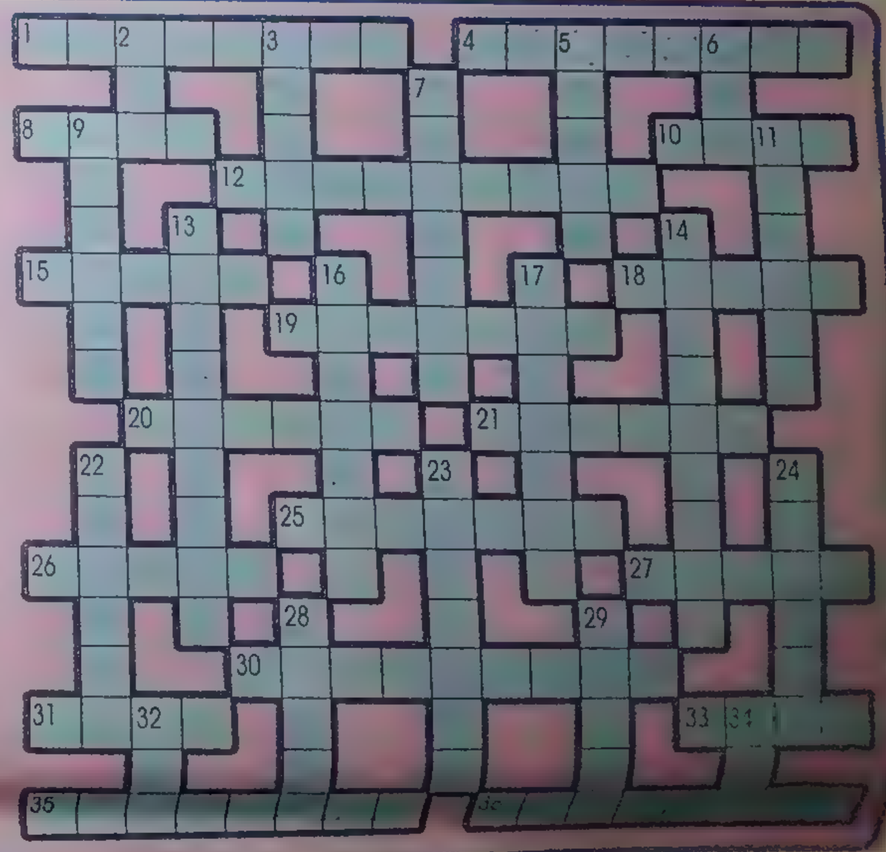
СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ



ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **1**. Фасон женского платья, больше напоминающий инженерное сооружение. **4**. Веселая театральная пьеса с музыкальными номерами. **8**. Ивановский жених ивановской невесты. **10**. Отсутствие света, мрак. **12**. "Недостаток", который быстро проходит, по мнению Гете. **15**. Одежда для кресла. **18**. Помещение для приготовления пищи. **19**. Едкая насмешка. **20**. Знаменитый российский стилист. **21**. Проявление переживаний. **25**. Касание губами щеки или носа. **26**. Предмет кухонной утвари. **27**. Материя для пошива. **30**. Устройство для определения жирности молока. **31**. Сосуд для вина и терпения. **33**. Замужняя немка. **35**. Любой из экспонатов кунсткамеры. **36**. Пирожок-гигант.

По вертикали. **2**. Прибрежная "плакса". **3**. И священный цветок, и стиральный порошок. **5**. Одни садятся на нее, чтобы сохранить стройную фигуру, другие - стройного мужа. **6**. Женское начало в китайской философии. **7**. Цыганка-всезнайка. **9**. Студенистое жидкое кушанье. **11**. Актриса, сыгравшая возлюбленную одного из гардемаринов в популярном сериале. **13**. Машина для капуччино. **14**. Студентка до революции. **16**. Граммофон без "трубного гласа". **17**. Драгоценный камень зеленого цвета. **22**. Молочный шоколад фирмы "Красный Октябрь". **23**. Кресло для полулежачего образа жизни. **24**. Страна, в которой закон разрешает выходить замуж с 12 лет. **28**. Знаменитые бульонные кубики, выпускаемые с 1883 года. **29**. Дипломатический ранг, хорошо знакомый селедкам и огурцам. **32**. Показная роскошь, щегольство. **34**. Одна из девочек, бывших в пивной на Дерибасовской в момент ее открытия (песенное).



ДЛЯ МУЖЧИН

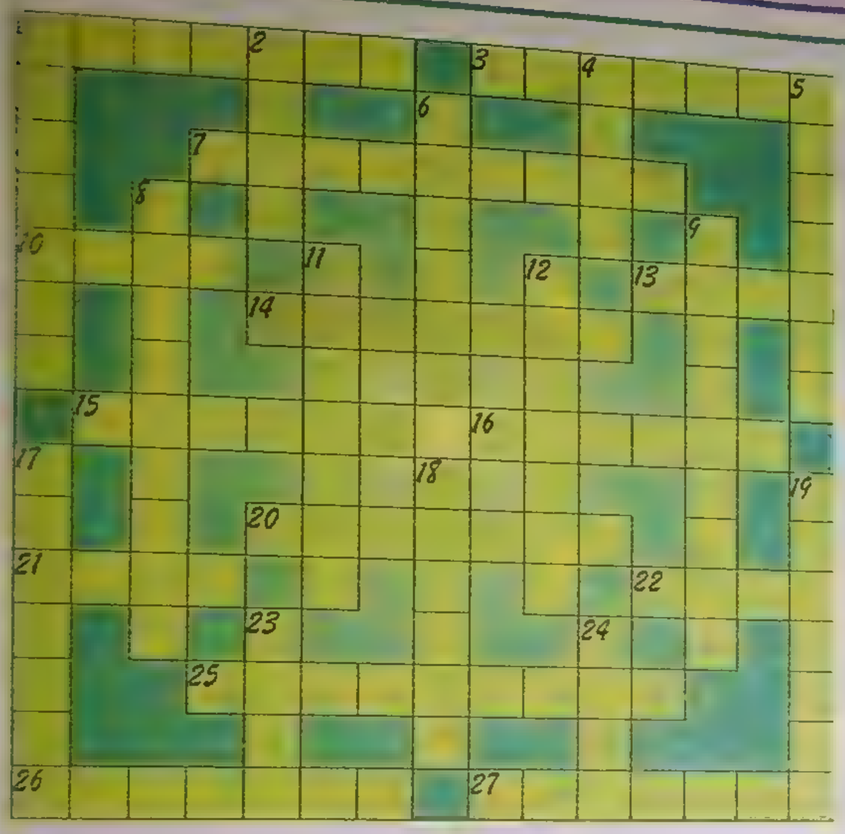
По горизонтали. **1**. Битье по лицу (разговорное). **4**. Пастушок-стажер. **8**. Международная федерация футбольных ассоциаций. **10**. Геометрическая фигура. **12**. Группа покупателей, обвешиваемых продавцом с завидным постоянством. **15**. Предмет церковного убранства. **18**. Топтыгин, некстати прервавший свой зимний сон. **19**. "И думал Будкеев, мне ... кроша: и жить хорошо, и жизнь хороша!". **20**. "Замоченные" сухофрукты. **21**. Мост на коронках. **25**. Сорняк, подходящий для букетов и венков. **26**. Недостаток в работе. **27**. Наука, изучающая превращение одних веществ в другие. **30**. Командир у лакеев. **31**. Грузинская самогонка. **33**. Отечественный аналог индейской пироги. **35**. Полуостров, где обитают ительмены. **36**. Сказочный оборотень в козленочка.

По вертикали. **2**. Коралловая скала. **3**. "Законный" коллега Мариотта. **5**. "Прилагательное" к худу. **6**. Рыба из лососевых. **7**. Семьянин с завидным постоянством. **9**. Хохол панка. **11**. Оплачиваемое ежегодное безделье. **13**. Математическое уравнение. **14**. Мастер, использующий прокладки по производственной необходимости. **16**. Гурман от музыки. **17**. Автомобильный "заводчик". **22**. Продукт из мочала. **23**. И солнечная, и нервная, и командно-административная. **24**. Ржа с точки зрения химика. **28**. Звук, по старинным поверьям, влекущий за собой исчезновение денег. **29**. Кожа для солдатских сапог. **32**. В нем чукча ждет рассвета (песенное). **34**. Рыба - "русский народный коктейль".

ДЛЯ ДЕТЕЙ

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 1

...ука, изучающая превращение одних веществ в другие. **30.** Командир у лакеев. **31.** ... в работе. **29.** Кожа для солдатских сапог. **32.** В нем чукча ждет рассвета (песенное). **34.** Рыба - "русский народный коктейль".



ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Устройство для уменьшения скорости падения тел. **3.** "Это что за остановка, Бологое иль ...". **7.** На ней ждут троллейбуса. **10.** Ледяной дождь. **13.** Чистое прошлое болота. **14.** Заячье пусковое устройство (солнечное). **15.** Бумага для стенгазеты. **16.** Гонка на всех парусах. **20.** Хоккейное амплуа Владислава Третьяка. **21.** Ею пахнет у Лукоморья. **22.** 1000 миллиметров. **25.** Линия сверху вниз. **26.** Поделочный камень Данилы-мастера. **27.** Инструмент парикмахера.

По вертикали. 1. "Не человек, не зверь, а по-человечьи умеет говорить" (загадка). **2.** Помогает прыгуну преодолеть высоту в шесть метров. **4.** Казачье копье. **5.** Рассказик - обхохочешься. **6.** Детская игра с плотными комками снега. **8.** Спортсмен, способный за один присест съесть пару слонов. **9.** Робин среди друзей Винни-Пуха. **11.** Зимний месяц. **12.** "Торопливый" темп в музыке. **17.** Лесные баррикады после урагана. **18.** Кто поймал золотую рыбку? **19.** Башенные или стенные часы с музыкой. **23.** Низ в Зазеркалье. **24.** Берег реки или моря, удобный для купания.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)915-44-51
КРАСНОДАР И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
(8612)35-05-02

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 4

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. 1. Брак. 6. Кума. 9. Ластик. 11. Уста. 12. Далила. 13. Диор. 18. Аптека. 20. Шейпинг. 21. "Ася". 22. Узор. 25. Овод. 29. Икра. 30. Веревка. 31. Трио. 32. Леди. 35. Йогурт. 36. Неон. 37. Пола. 38. Яблоко.

По вертикали. 2. Роса. 3. Клад. 4. Осло. 5. Гид. 7. Улитка. 8. Адам. 10. Кастро. 14. Ибис. 15. Рагу. 16. Ушко. 17. Яйцо. 19. Астрид. 23. Завтрак. 24. Риал. 26. Вертел. 27. Двойня. 28. Прогул. 33. Едок. 34. Иван.

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 1. Боец. 6. Абак. 9. Власов. 11. Купе. 12. Неделя. 13. Труд. 18. Есенин. 20. Мотобол. 21. Кош. 22. Опал. 25. Гном. 29. Икар. 30. Аронакс. 31. Скат. 32. Титр. 35. Россия. 36. Лото. 37. Холл. 38. Сирота.

По вертикали. 2. Опус. 3. Цвет. 4. Табу. 5. Дон. 7. Боевик. 8. Каяк. 10. Венера. 14. "Рыба". 15. Дело. 16. Смог. 17. Утро. 19. Нокаут. 23. Плагиат. 24. Лист. 26. Никсон. 27. Матрос. 28. "Корсар". 33. Итог. 34. Роль.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Ошибка. 4. Пломба. 7. Стих. 8. Пассат. 11. Нюни. 12. Сало. 13. Ателье. 14. Спор. 17. Трап. 20. Волков. 22. Один. 23. Узел. 25. Отступ. 27. Ключ. 28. Авария. 29. Индекс.

По вертикали. 1. Охапка. 2. Бокс. 3. Аист. 4. Привал. 5. Меню. 6. Арбитр. 9. Стена. 10. Альт. 11. Нос. 15. Пакет. 16. Поэт. 17. Труппа. 18. Пол. 19. Библия. 21. Вопрос. 24. Езда. 25. Очки. 26. След.

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по развитию Валентин УПОЛОВНИКОВ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ирины БУРСКОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Николая КАРДАКОВА, Наталии РАЗЛУЦКОЙ, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком (К), печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51.
Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 187200 экз. Заказ № 5
Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 22.01.2003 г. в 19.00.
Подписано в печать 22.01.2003 г. в 17.00.

ДРУГ ДОМА

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

№9/265
2003
Март

Выходит четыре раза в месяц

В домашних условиях наиболее подходящими для зимней выгонки растениями являются тюльпаны, нарциссы, гиацинты, крокусы. Они мирятся с недостатком света, поэтому их можно содержать в любых по отношению к сторонам света комнатах.

ЦВЕТЕТ ТЮЛЬПАН НА ПОДОКОННИКЕ

Выгонка проходит труднее в первую половину зимы и гораздо легче во вторую, когда период покоя близится к концу, а освещение усиливается.

Многие из вас, наверное, в сентябре-октябре посадили луковицы понравившихся вам цветов и уста-

или сделанными из бумаги конусами. Это необходимо сделать для того, чтобы ростки постепенно привыкали к яркому свету и сухому воздуху комнаты. Под колпаком воздух более влажный. Через 8-9 дней снимите укрытие. Сомкнутые в трубочку листья через 1-2 дня окрасятся в зеленый цвет. Затем листья развернутся, и в середине появится несфор-

БЛИНЫ И БЛИНЧИКИ

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **500 рублей** каждому.

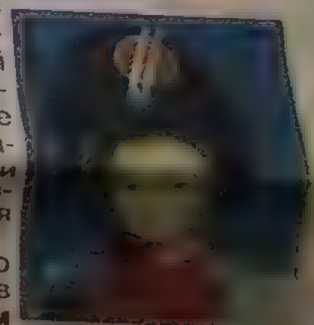
По итогам конкурсов в "Друге дома" № 8 кулинарный приз получает **Татьяна Николаевна ПЕРЦЕВА** из г. Киселевск Кемеровской области, предложившая оригинальные рецепты блинов и блинчиков. Приз получает также **Лидия Евгеньевна ВОЙНОВА** из г. Свирьстрой Ленинградской области, рассказавшая, чем можно заменить горчичники при простудах у малышей.

Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

ЗАПОЛНИШЬ АНКЕТУ - ПОЛУЧИШЬ ПРИЗ!

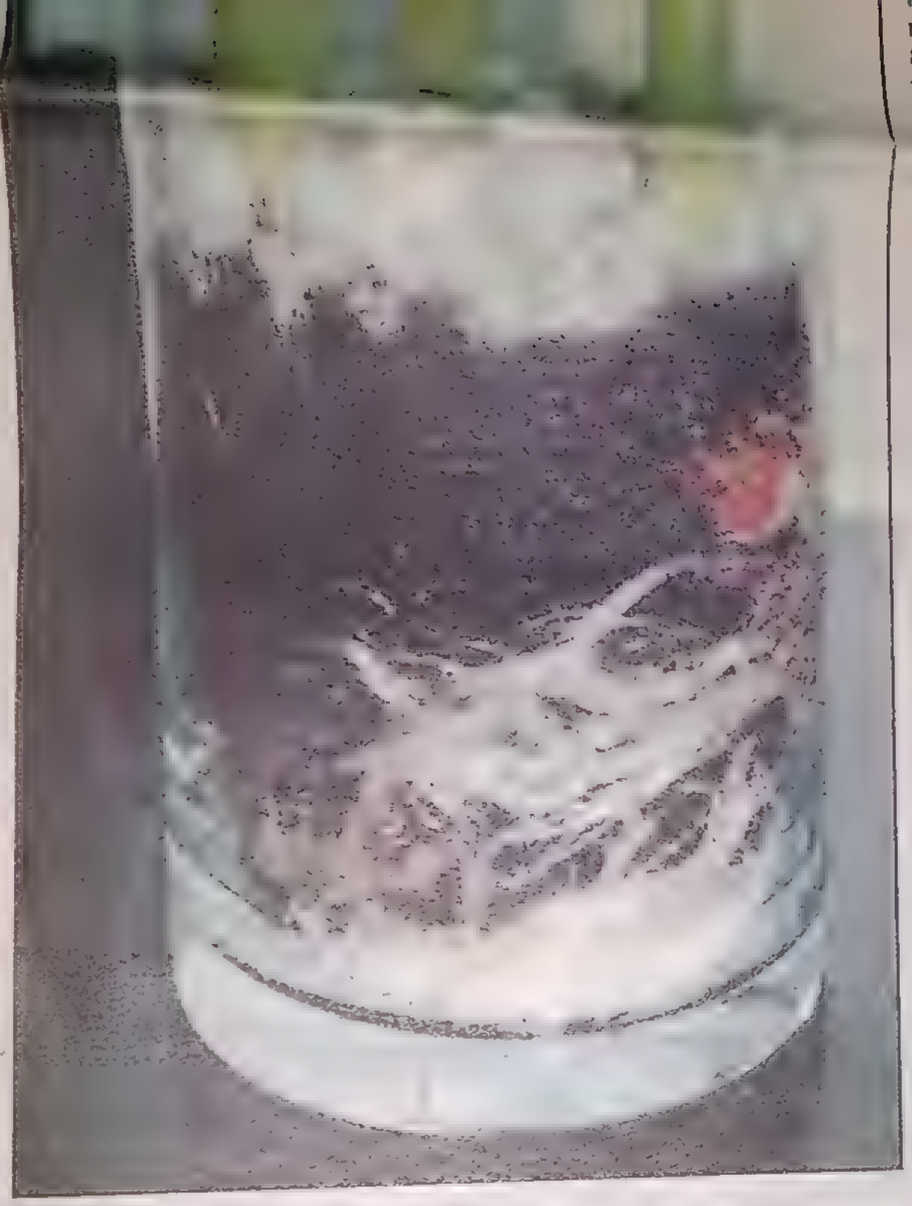
"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**.



Евгений Макаревич

Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном случае - до 24 марта 2003 года**. Дату бирже

посадили луковицы понравившихся вам сортов и установили в прохладном темном помещении или подвале при температуре 5-9 градусов. Теперь настало время достать посаженные растения. Имейте в виду, что период укоренения и охлаждения у большинства тюльпанов и нарциссов длится 14-16 недель. В зависимости от желаемого срока получения цветущих растений рассчитайте точную дату выноса луковиц на свет. При этом учитывайте степень укоренения растений, которую можете определить по высоте появившихся ростков. К примеру, у нарциссов при высоте ростков 2-3 см выгонка длится 40 дней, а при 5 см - 25 дней. У тюльпанов оптимальная высота ростков - 7 см, цветение в этом случае в среднем наступает через 25 дней.



Итак, вы внесли горшки с укоренившимися луковицами в комнату. Разместите их на подоконнике и сразу же накройте перевернутыми плотными бумажными колпаками влажный. Через 8-9 дней снимите укрытие. Сомкнутые в трубочку листья через 1-2 дня окрасятся в зеленый цвет. Затем листья развернутся, и в середине появится несформировавшееся соцветие.

До начала цветения подкармливайте луковицы специальным удобрением для луковичных цветов раз в 2 недели. Поливайте растения умеренно и обязательно проветривайте комнату. В период цветения поддерживайте температуру в пределах 16-18 градусов. Если же есть возможность снизить ее до 10-12 градусов, то вы продлите цветение.

После завядания соцветий луковицы надо в течение некоторого времени поливать. Постепенно сокращайте полив и после пожелтения листьев прекратите совсем. Через 1-1,5 месяца после цветения выкопайте луковицы, просушите, очистите и рассортируйте по размерам. Обычно после выгонки образуются небольшие по размерам луковицы, непригодные для вторичной выгонки. Осенью можете высадить их в сад для доращивания в течение 2-3 лет. До этого момента храните молодые луковички при температуре +12-15 градусов.

Анна ЯНИНА,
фитодизайнер.

"ХОРОШИЙ СОВЕТ"

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло и его очередное приложение "Хороший совет". В нем, возможно, многие мужчины найдут ответ на вопрос: "Как поздравить любимую с днем 8-го Марта?"

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции.

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**.

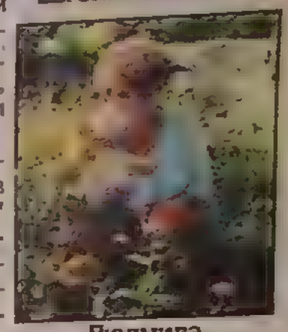
Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном случае - до 24 марта 2003 года**. Дату будем определять по почтовому штемпелю. Если есть желание, присылайте свои фотографии.

ОляКЛИМОВА с подругой

Нина Ивановна ГУГОНИНА

По итогам розыгрыша анкет из **"Друга дома" № 11 за прошлый год** в счастливую дюжину попали **Людмила Николаевна АНОСОВА** из Омска, **Елена Юрьевна ГРАЧЕВА** из г. Электросталь Московской области, **Нина Ивановна ГУГОНИНА** из г. Новокузнецк Кемеровской области, **Михаил Анатольевич ДЕМЬЯНОВ** из Биробиджана, **Ольга Дмитриевна КЛИМОВА** из с. Соленое, Калмыкия, **Наталья Ивановна КРЮЧКОВА** из г. Зверево Ростовской области, **Екатерина Илларионовна МЕДВЕДЕВА** из Липецка, **Евгений Александрович НИКИШИН** из г. Усть-Кут Иркутской области, **Екатерина Николаевна НИКОЛАЕВА** из пос. Белая Гора, Якутия, **Людмила Александровна ОБУХОВА** из г. Никольск Пензенской области, **Надежда Михайловна РЯБЧУН** из Магадана и **Эдуард Викторович ТРУСКАЛОВ** из Читы.

Евгений НИКИШИН



Людмила Николаевна АНОСОВА

Наталья КРЮЧКОВА

Поздравляем победителей!

"Друг дома" № 9

Фамилия, имя, отчество_____

_____

Домашний адрес_____

_____

Хочу спросить у "Друга дома" о... _____

_____

_____

"Друг дома" выписываю; покупаю 4 раза в месяц; 3 раза в месяц; 2 раза в месяц; 1 раз в месяц; крайне редко; этот номер первый

(нужное подчеркнуть).

Чтобы принять участие в розыгрыше призов, ответы необходимо отправить до 24.03.2003 г.

НА ПОВЫШЕННЫХ ТОНАХ

Неконтролируемая эпидемия детской грубости, жертвами которой становятся в первую очередь родители, распространилась по всему миру. Как правило, она поражает ребенка в возрасте трех лет и к подростковому периоду превращается в тяжелое заболевание. Она моментально передается от одного ребенка другому. Симптомы? Ребенок грубит, хамит, "отвечает" на каждое родительское слово тремя своими, причем не самым вежливым тоном. Что делать?

Начать нужно с того, что наибольшей проблема становится не то, что говорят дети, а то, как они это делают. Главной задачей родителей в данном случае является уже в самом раннем возрасте объяснить ребенку, что он имеет право открыто и в любой момент выражать собственное мнение, но при этом резкий тон, грубость и оскорбления категорически неуместны и недопустимы. Форма выражения отношения к чему-либо типа "ненавижу котлеты, так что можешь их не готовить, все равно есть не стану" в корне отличается от формы типа "мне больше нравится суп - может, лучше сваришь его?". Первая - грубая, вторая - вежливая. Если данная проблема вам хорошо знакома, то приведенные ниже советы и рекомендации по проблемам воспитания детей - для вас.

Казалось, всего несколько десятков лет назад дети никогда не "отвечали" родителям, и их чаще видели, чем слышали, в противовес современным, вечно грубящим чадам. Почему же это происходит? Согласно утверждению психологов причина этого заключается в том, что в прошлом родители не терпели грубости детей. Если ребе-

хологам задают вопрос: неужели родителям так трудно сделать ребенку замечание, сказать: "Так разговаривать нельзя, это нехорошо, попробуй вести себя иначе"? И психологи отвечают, что да, современные родители, во-первых, слишком заняты, им легче пойти на поводу, чем заниматься воспитанием, во-вторых, большинство родителей считают, что ребенок будет счастлив только в том случае, если отец и мать потакают всем его прихотям и капризам. Предпочитая не загружать ребенка необходимостью подбирать правильные выражения и уважительный тон, родители игнорируют грубое поведение, в результате чувствуя себя подавленными, бессильными что-либо сделать и обиженными. У детей же тем временем вырабатывается невежливая манера говорить, от которой их потом будет очень трудно, а в большинстве случаев почти невозможно отучить. Позволяя ребенку хамить, вы обрекаете его на проблемы, которые будут сопровождать его всю жизнь, потому что грубость, перенесенная родителями, обязательно получит отпор со стороны постороннего человека. И иногда этот отпор может

бо, бабушка, но я не люблю пюре" или "Спасибо, но я не хочу есть".

Когда пятилетний ребенок начинает плакать и кричать, что ни за что не пойдет в гости, что ему там скучно, что он устал, попросите его повторить сказанное, но вежливо и спокойно.

Сделайте ему замечание, указав на то, что в таком тоне разговаривать с ним не будете. Одновременно объясните, как именно он должен выразить свое настроение: "Я не хочу туда идти, потому что мне там совершенно нечем заняться". В ответ предложите ему развлечение: "Ты сможешь посмотреть там мультфильмы" или "А как насчет того, чтобы поиграть в гостях с сыном наших друзей?"

Если ваша девятилетняя дочь вдруг грубо заявляет: "Почему это я должна мыть посуду? Я что, ваш раб?", укажите ей на то, что говорить таким образом с родителями недопустимо и что подобное поведение поощряться не будет. Спросите, как бы она отнеслась, если бы и вы начали отвечать на ее просьбы так же грубо и неуважительно. И что если перестанете мыть посуду, стирать ее одежду и готовить, потому что вы тоже не раб.

Скажите, что не желаете разговаривать в таком тоне, и если ей что-то понадобится, она может в любую минуту подойти к вам, но только в том случае, если возьмет себя в руки и будет разговаривать уважительно и спокойно. После этого можно уйти из кухни.

Помните и о том, что кричать на ребенка не стоит. Крик и ругань хорошей службы никогда и никому не сослужат, они совершенно бессмысленны, так как вместо уважения и понимания вселяют в ребенка страх и враждебность. Если вы спокойны, ребенку тоже легче успокоиться. Очень помогают схемы "наказание-поощрение": скажите, что в вашей семье домашние обязанности выполняются по очереди. Добавьте, что сегодня по телевизору будет программа, которую ваша дочь хотела посмотреть, но телевизор останется выключенным до тех пор, пока не будут вымыты все тарелки. Не спорьте, просто поставьте ее перед фактом. Ребенку есть из чего выбрать, пусть он сделает этот выбор сам.

И кое-что напоследок. Не забывайте, что дети - все равно что растения: если оставить их без присмотра, они вырастут сорняками вроде чертополоха и лопухов, а если за ними ухаживать и следить, направлять и воспитывать - они превратятся в прекрасные цветы. Воспитание не заключается в том, чтобы предоставить ребенку свободу: пускай, мол, делает что хочет, потому что без труда все равно ничего хорошего не получится. Воспитание - ежедневное, ежечасное и даже ежеминутное направление и обучение. Это трудно, но приносит плоды и создает счастливые, любящие семьи.

Людмила СТУПАКОВА, психолог.

Я очень легко и часто впадаю в гнев, срываюсь на крик. Дома постоянные скандалы. Как мне научиться сдерживаться?

Валентина К.
Бийск Иркутской области.

Естественно, нормальный человек не может жить в состоянии постоянного стресса. А частые скандалы дома - это и есть самый настоящий стресс, который может привести к очень

но грубящим чадам. Почему же это происходит? Согласно утверждению психологов причина этого заключается в том, что в прошлом родители не терпели грубости детей. Если ребенок неподобающим образом говорил с кем-либо из родственников, его немедленно и строго наказывали. Сегодня же родители отвечают на хамство своих отпрысков "периодическим подавлением", то есть время от времени просто закрывают глаза на поведение ребенка или уступают его требованиям, высказанным в неподобающей форме. Естественно, это увеличивает вероятность того, что грубость по отношению к родителям войдет у ребенка в привычку.

Приведем простой пример. Вы решили выбрать семилетней дочке другое платье, потому что она вдруг начала плакать и кричать, утверждая, что предложенный вами наряд ей не нравится, что он ужасный и что "такое" она ни за что не наденет. Решившись на этот шаг, можете быть почти уверены в том, что ее реакция на ваши действия и в дальнейшем будет негативной. Нет ничего плохого в том, чтобы помочь ребенку одеться так, как ему хотелось бы, но делать это нужно только после того, как он извинится и попросит помочь уважительным спокойным тоном. Иногда пси-

...мить, вы обрекаете его на проблемы, которые будут сопровождать его всю жизнь, потому что грубость, перенесенная родителями, обязательно получит отпор со стороны постороннего человека. И иногда этот отпор может быть чреват самыми негативными последствиями.

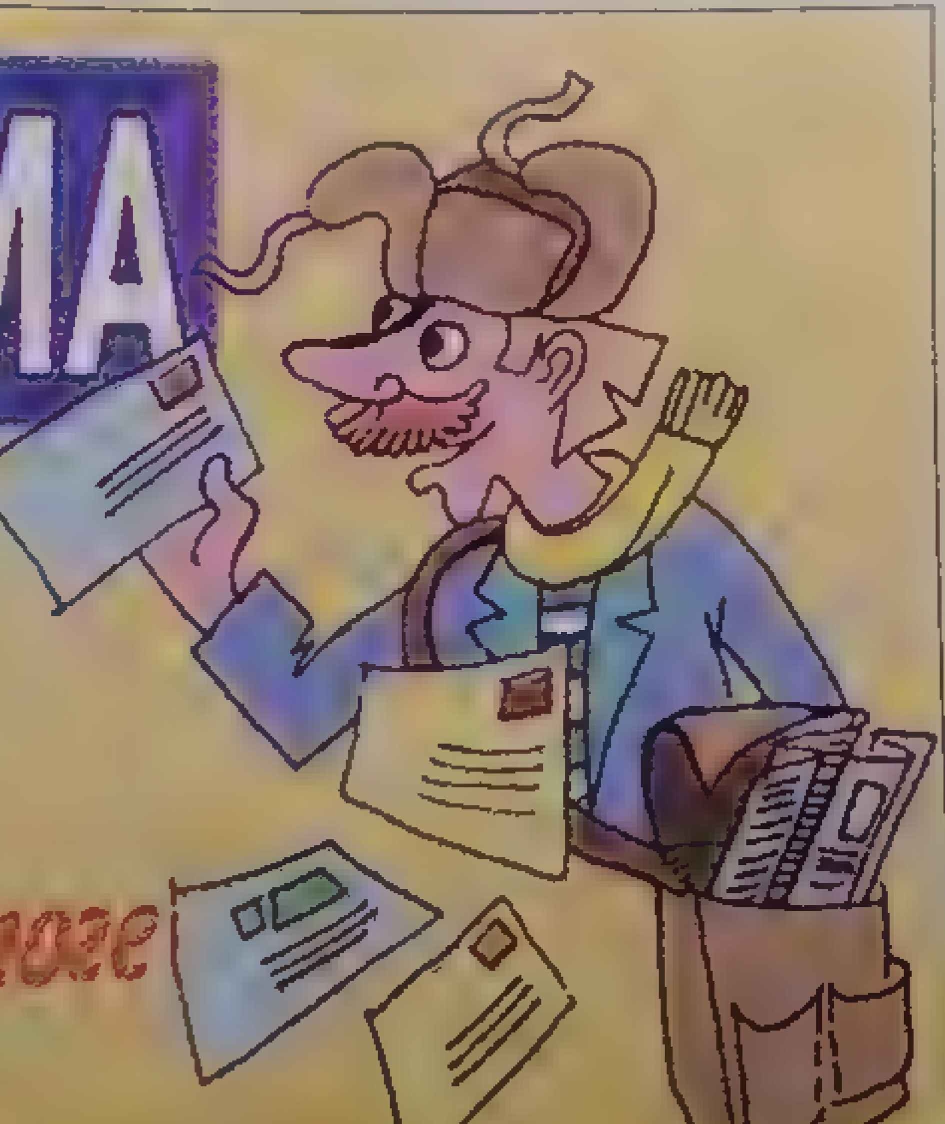
Есть несколько способов, которые помогут родителям пресечь в детях грубость и неуважительное отношение. Пользуясь ими, помните о главной цели: вы хотите научить ребенка открыто выражать свое мнение, но делать это исключительно в уважительной форме и приятным спокойным тоном. В то же время будьте реалистами. Вы пытаетесь привить ребенку манеры, на оттачивание которых требуются годы, и все же первые результаты появятся очень скоро.

Если ваш ребенок громко заявляет бабушке, что "картошка противная, а суп мерзкий и что его от них тошнит", не делайте ребенку замечание в присутствии других людей, а громко и четко перефразируйте сказанное им, исключив невежливые и обидные выражения: "Бабушка, Саша не очень любит картошку и суп, но зато с удовольствием выпил бы чаю с пирогом".

В следующий раз, отправляясь в гости, отрепетируйте с ребенком вежливые и уважительные формы отказа от непривлекательной для него еды: "Спаси-

ДРУГ ДОМА

Наш подписной индекс – 34199 в объединенном каталоге "Пресса России"



ЗАЧЕМ СКАНДАЛИТЬ БЕЗ ПРИЧИНЫ?

Естественно, нормальный человек не может жить в состоянии постоянного стресса. А частые скандалы дома - это и есть самый настоящий стресс, который может привести к очень серьезным заболеваниям. Кстати, постоянные вспышки гнева по поводу и без - весьма тревожный симптом. Вы, судя по всему, человек очень эмоциональный, и, видимо, инициатива конфликтов исходит от вас. Гнев - это не что иное, как чрезмерно острая реакция на действия и слова окружающих. Задумайтесь, а стоят ли того их поступки, чтобы вы так переживали? Согласитесь, нет ничего ужасного в том, что ребенок ушел гулять и забыл купить хлеба. Неприятно, конечно, без хлеба ужинать, но трагедию из этого делать не стоит.

Может, вы слишком завысили требования, которые предъявляете домочадцам. Они и рады бы им соответствовать, но просто не в состоянии. Не все же дети могут быть отличниками, спортсменами и художниками. Так же, как бесполезно требовать от мужа, чтобы он одновременно оказался отличным сантехником, автослесарем, маляром-штукатуром, садоводом-любителем и удачливым предпринимателем.

Рассмотрев ситуацию таким образом, вы поймете, что вас окружают не монстры, а вполне нормальные люди. Поэтому постарайтесь научиться принимать людей такими, какие они есть, и не переживать по поводу того, что они не такие, как вам хочется.

Кстати, попробуйте взглянуть на себя со стороны, глазами ваших домочадцев. Вряд ли их устраивает вечно раздраженная, взвинченная мама и супруга. Весьма вероятно, многие их действия - это реакция на ваше поведение.

В любом случае вам необходимо разобраться, какова же истинная причина вашего постоянного недовольства. Возможно, это хроническая усталость. Тогда следует сменить ритм жизни. Если есть возможность - хотя бы на неделю уехать отдохнуть. Если такой возможности нет - запишитесь в бассейн, займитесь собой: сходите в парикмахерскую, купите новое платье. Вспомните, чем вы когда-то увлекались и вернитесь к забытому хобби. Когда вы найдете гармонию с собой, вам проще будет найти общий язык с окружающими.

А если причина гнева не столько в чашке, не вымытой супругом, сколько в самом факте его присутствия в вашем доме, то ситуацию надо решать по-другому.

ПОГОВОРИ СО МНОЙ, РЕБЕНОК!

Как преодолеть замкнутость 15-летнего сына?

Алла ДЫМЧЕНКО.
Кисловодск.

Замкнутость, как черта характера, в первую очередь говорит о внутренних проблемах человека, боязни открыться.

Причина, скорее всего, в страхе, что его не поймут, осудят, засмеют, не поверят. Присмотритесь к своему ребенку - как он общается с одноклассниками, друзьями. Если с ними он более открыт, то это весьма печальный признак того, что вы утратили доверие ребенка.

Конечно, однозначных рекомендаций, как изменить ситуацию, тут быть не может. Для начала попробуйте проанализировать и свое поведение, и сына, чтобы понять, что послужило причиной его замкнутости. Это может быть любое неосторожное слово, игнорирование его просьбы, какой-то поступок. Дело в том, что те проблемы, которые зачастую кажутся вам нелепыми и несущественными, ему представляются настоящей трагедией.

Поэтому наберитесь терпения и воздержитесь от своих комментариев на тему его проблем, не отмахивайтесь от просьб, не ругайте его. Наоборот, как можно чаще говорите, как вы любите его, как переживаете за него, как уважаете его интересы, как гордитесь успехами. Будьте терпимы к его грубостям и резкостям. Ни в коем случае не унижайте достоинство высказываниями типа "ты еще сопляк", "что ты знаешь о жизни", "да какие у тебя могут быть проблемы". Необходимо, чтобы он увидел в вас союзника, единомышленника, партнера.

Светлана ТРУБИЦЫНА,
психолог центра
"Ваш консультант".

Как это ни странно, но даже в наше непростое время находится достаточно желающих, чтобы усыновить ребенка. Причины усыновления могут быть разными - у кого-то своих заиметь не получилось, кто-то, имея уже детей, тем не менее мечтает о большой семье, кто-то боится одиночества, а кому-то не чуждо сострадание... Но практически каждый из будущих родителей мучается сомнениями и вопросами: нужно ли говорить малышу, что он не родной в семье? Не получится ли так, что у ребенка проявятся патологические особенности характера, и как сделать, чтобы в их семье малыш почувствовал себя "своим"?

Обычно считается, что тайна усыновления должна свято соблюдаться: дескать, если ребенок узнает, что он неродной, то в семье сразу начнутся проблемы, отношения разладятся. Многие женщины идут даже на то, чтобы имитировать ложную беременность, а некоторые семьи специально меняют место жительства. Их, конечно, можно понять. Но это не всегда спасает, иногда кто-то из родственников проговорится или старые знакомые вдруг невзначай встретятся. И вот ребенок узнает все-таки правду, причем зачастую от посторонних людей. Реакция на это бывает достаточно сложной и неадекватной. Часто дети в этих ситуациях начинают замыкаться в себе или, наоборот, становятся грубыми, агрессивными, упрекают приемных родителей, могут даже уйти из дома. Учитывая все это, психологи обычно рекомендуют все же сказать ребенку правду, но делать это лучше всего в совсем юном возрасте (в переходном "трудном" возрасте как раз и могут начаться эти самые проблемы). А раньше малыш узнает об этом, тем проще и легче ему будет привыкнуть к этой мысли.

Разговаривая с малышом, приемные родители не должны делать из этого разговора проблему, не нужно неестественного напряжения, нервозности, опущенных глаз, чувства вины. Позиция в разговоре должна быть такая: да, у нас, как и у многих других семей, так. Это нормально и естественно, и мы тебя любим ничуть не меньше, чем другие родители своих детей, - мы же тебя сами выбрали, не всегда любовь определяется только кровными узами.

Все мы, конечно, не раз слышали поговорку, что, дескать, от осины не родятся апельсины. И поэтому часто приемные родители боятся: а не пойдет ли по кривой дорожке их приемный сын или дочь? А вдруг у него в роду были алкоголики, мошенники, наркоманы, психопаты? И порой с испуга они готовы видеть в элементарных ошибках ребенка или плохом настроении, поведении чуть ли не смертельную опасность, спеша зачислить его в преступники и негодяи. Они просто забывают о том, что все дети иногда хулиганят или ведут себя совсем не так, как хотелось бы взрослым. Но если это касается родного ребенка - ему тут же находят оправдание: он в дядю, в бабушку, в дедушку, тот такой же был, но это ничего страшного, пройдет...

На самом деле поведение ребенка (какой бы ни была наследственность) во многом зависит от семьи, в которой он живет и которая, по сути, и формирует его поведение, дает ему навыки жизни в социуме. Конечно, предрасположенность, заложенная в генах, играет свою роль. Но только от воспитания зависит, в каком виде появится то или иное генетически заложенное качество. К примеру, если у ребенка есть в характере агрессия, то ее легко направить в нужное русло - ребенок будет не хулиганить и драться со всеми подряд, а может стать, к примеру, известным спортсменом либо сделать карьеру в бизнесе (есть даже такое понятие - "агрессия достижений"). Из врунишки можно сделать творческого человека - в будущем артиста или писателя, главное - вовремя распознать задатки и обернуть их ребенку на пользу.

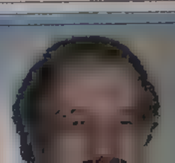
Иногда случается так, что семья, отчаявшись завести собственных детей, берет приемыша, а потом вдруг нежданно-негаданно у них рождается собственный ребенок. В этом случае объясните приемному ребенку, что от этого вы не будете его любить меньше. Всячески показывайте ему, что он вам по-прежнему дорог, обязательно находите для него отдельное время, которое будет посвящено только ему. И обязательно вовлекайте его в посильные заботы о малыше, чтобы он с первых дней воспринимал братика или сестренку как "своего", учился заботиться о нем, оберегать его, нести за него ответственность.

Если в семье уже есть собственные дети и она по каким-то причинам берет ребенка из детского дома, то здесь придется запастись терпением и мудростью. В таких ситуациях лучше не ставить родных детей перед свершившимся фактом - "мы решили взять ребенка..." Лучше заранее подготовить встречу детей. Расскажите своему сыну или дочери, как несладко живется вашему избраннику, отведите его в детдом, пусть он посмотрит своими глазами. Можно заранее брать приемыша домой на выходные - дети должны привыкнуть друг к другу. Имейте в виду, что важнее всего на самом деле не родная кровь (что бы ни твердили завистливые соседи), а психологическая совместимость детей, душевный комфорт, общие интересы.

Вообще в таких ситуациях нужно относиться ко всем детям одинаково. Одинаково наказывать, хвалить, делать замечания, не выделяя кого-то из них. Обязательно показывайте своим поведением, что вы не только любите их, но и одинаково строги. Никому никаких поблажек! У детей должны быть и равные права, и равные обязанности. Лишь только в этом случае отношения в вашей семье станут нормальными, комфортными и дружелюбными.

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.

В ЖИЗНИ РАЗ БЫВАЕТ...



Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог,

ным образом. При этом он
может располагаться лицом к
лицу мужчины или лицом к
ногам - по своим ощущениям.
Кровяные

будет привыкнуть к этой мысли.

взрослым. Но если это касается родного ребенка - ему тут же

ком виде появится то или иное генетически заложенное качество. К примеру, если у ребенка есть в характере агрессия, то ее

прежнему дорог, обязательно находите для него отдельное время, которое будет посвящено только ему. И обязательно вовлекайте его в посильные заботы о малыше, чтобы он с пер-

ния в вашей семье станут нормальными, комфортными и дружелюбными.

Алла ПОВОЛЯЕВА, психолог.

В ЖИЗНИ РАЗ БЫВАЕТ...

В редакционной почте почти одновременно оказалось несколько писем, касающихся одной и той же темы - девственности. Попробуем разобраться, какие вопросы волнуют как девушек, так и мужчин.

Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

Девственная плева - неполная перепонка, отделяющая преддверие влагалища от более глубоких частей. Располагается плева на глубине не более 2-3 см от больших половых губ. Поэтому ее можно повредить при активных ласках, введении каких-то предметов или пальца при мастурбации, слишком активном подмывании и даже при неправильном использовании тампона.

Форма девственной плевы индивидуальна. Она может быть очень тонкой или довольно толстой, упругой. Кровеносные сосуды могут пронизывать плеву очень насыщенно или будут тонкими и редкими. Плева имеет одно или несколько отверстий, через которые изливается менструальная кровь. В связи со всеми этими особенностями подробности первой брачной ночи совершенно непредсказуемы. Для кого-то эта ночь запомнится только новизной ощущений, а для кого-то может стать серьезным испытанием.

Статистика знает все. Согласно исследованиям еще 20-летней давности при первом сношении испытывают боль или имеют кровянистые выделения, сравнимые с менструальными, не более 12 процентов женщин. У остальных либо незначительные выделения и небольшая боль, либо ощущения и выделений нет вовсе. Это, кстати, не освобождает от других возможных испытаний...

Вопрос мужчин "Ты что, не девица?.." звучит в ночной тиши гораздо чаще, чем хотелось бы. И хотя, как правило, мужчины оправдывают его "я ей так доверял, а она меня обманула...", на самом деле подоплека такой тревожности одна - комплекс неполноценности. Каждому лестно быть первым, а если это первенство ставится под сомнение, знаете, как обидно становится... А понятие девственности у мужчин связывается только с уж-ж-жасной болью и морем крови. Все остальное подозрительно.

Поэтому приходят письма и с просьбами научить, как определить еще до решительного сражения - девственна избранница или нет. Между тем даже гинеколог не всегда может это сказать точно. Бывает плева полулунной или кольцеобразной формы, когда нет никаких ощутимых препятствий для проникновения, а искомые ткани располагаются вдоль стенок влагалища тонким ободком. И уж, во всяком случае, не стоит полагаться на "опыт" доморощенного правдоискателя, отношения которого со слабым полом строятся с позиций запрограммированного недоверия.

Кстати, есть еще один фактор, частично определяющий, будет ли девушке больно, - ее собственное отношение к происходящему. Любые отрицательные эмоции усиливают болезненность процедуры, будь то нежелание расставаться с невинностью, испуг от рассказов подруг и мамы, поспешность партнера, чрезмерная рассудочность и т.д. Известно, что наиболее легко прощание с девственностью происходит у глубоко влюбленных девушек во время обычной любовной встречи. С излишними страданиями - если к этому моменту готовятся на уровне сознания и знания, то есть подменяют поведение тела усилиями разума. Да, именно холодная рассудочность порой не позволяет девушке вести себя естественно, что и привносит новые и весьма неприятные ощущения.

Иногда, в связи с особенностями строения или если попытка прерывается, девственная плева остается до конца не нарушенной. В таком случае боль может быть и при следующем сношении, но гораздо слабее.

А вообще, что такое разрыв девственной плевы? Это не разрыв какой-то перепонки или сплошной преграды, а лишь надрыв одной из стенок тонкого выступа влагалища. Длина разрыва редко бывает более полусантиметра, так что его скорее можно назвать не разрывом, а трещиной. Так что большая часть неприятностей для девушки строится лишь на предвкушении страданий.

В любом случае девушке стоит подготовиться к возможности первой близости. Хотя довольно широко распространено странное отрицательное отношение к девственницам (до таких лет дожила - и ни с кем...), не надо делать секрет из своей невинности - это избавит вас от поспешности со стороны партнера. Поза первого полового акта не столь важна, как полагают многие. Во всяком случае, гинекологи XIX века серьезно спорили на эту тему и пришли к выводу, что оптимальна для первой ночи - поза сзади, так лучше совпадают изгибы влагалища и пениса. Но дальнейшие исследования эту точку зрения не подтвердили. Главное - чтобы поза была удобна обоим партнерам.

К месту будет обильное использование смазок - от специальных до простого вазелина. Это уменьшит неприятные ощущения, естественные при соприкосновении сухой кожи. Если используется презерватив, то его тем более нужно активно увлажнить любым интимным гелем.

Введение должно быть осторожным, но не медленным - чего зря нагнетать ожидание. Вовсе не зазорно, если сама девушка будет направлять движение пениса, - она ведь лучше ощущает, как именно идет продвижение. Если введение причиняет сильную боль, это чаще бывает признаком того, что пенис упирается в какую-то стенку влагалища и попадает "не туда". Девушка может занять позу наездницы, чтобы осторожным движением сесть на пенис максимально комфортным образом. При этом она может располагаться лицом к лицу мужчины или лицом к его ногам - по своим ощущениям.

Кровянистые выделения после дефлорации могут появиться во время самого сношения, но иногда приходят с некоторым опозданием. Так бывает, если влагалище от природы емкое, а поза женщины привела к тому, что кровь временно скопилась в глубине. Гораздо реже бывает, что выделения начинаются через несколько часов после сношения и продолжаются несколько дней в виде слабых периодических выбросов. Любой вариант является проявлением нормы и не требует консультации у гинеколога.

Во время первого сношения женщина имеет такие же шансы забеременеть или получить инфекцию от партнера, как и при любом последующем. Предохранение от этих неприятностей лучше проводить при помощи влагалищных средств - "Фарматекса" или "Патентекс Овал", эффективность которых находится на уровне презерватива.

Ну и наконец: большинство женщин, вспоминая свой "первый раз", говорят, что ощущения были не столько неприятными, сколько непривычными...

ЧАЙ РЕБЕНКА УСПОКОИТ

Нередко взрослые люди жалуются на сезонную депрессию, вызываемую коротким световым днем, неустойчивой погодой, долгим отсутствием солнца. При этом они забывают, что погодные аномалии и их собственное пасмурное настроение отрицательно влияют и на самочувствие ребенка: он становится беспокойным, капризным, начинает плохо спать, жалуется на головную боль.

Как помочь маленькому человеку избавиться от "погодного дискомфорта"? Профессор доктор медицинских наук Г.В. ЛАВРЕНОВА уверена, что с этим можно справиться, если воспользоваться успокаивающими чаями.

Вот несколько таких рецептов, составленных Галиной Владимировной.

Возьмите 2 части травы кипрея, по 1 части цветков ромашки и травы пустырника. Столовую ложку сбора залейте стаканом холодной воды, поставьте на огонь и доведите до кипения. Настаивайте в теплом месте один час.

Отвар следует давать детям теплым (39-40 градусов) по столовой ложке три раза в день за вающего чая входят: по 1 части корня девясила и травы мелиссы, 2 части травы череды.

Две столовые ложки сбора заливают холодной водой, кипятят 5-7 минут, настаивают один час. Дают пить охлажденным от 1 чайной до 1 столовой ложки три раза в день и на ночь.

Можно заварить чай из 2 частей корня валерианы и 1 части корня лопуха. Столовую ложку сбора нужно залить стаканом холодной воды, прокипятить 12-15 минут на слабом огне, настаивать один час.

Две столовые ложки сбора залить 0,5 л воды, сварить, процедить. Принимать равными порциями в течение дня.

Выбирая рецепты чаев, следует обязательно учитывать, как ребенок относится к запаху или вкусу травы, нет ли у него на них аллергии.

В аптечных расфасовках применение фитосырья дается во взрослых дозах. Поэтому Галина Владимировна советует при расчете дозы лекарственного сбора для ребенка руководствоваться рекомендациями болгарских фитотерапевтов: взрослым - 1 доза,

В прошлых номерах "Друга дома" мы говорили о профилактике вирусных болезней и о правильном уходе и лечении в том случае, если ребенок, к сожалению, уже заболел. Сегодня мы подробнее остановимся на одном из самых тревожных для всех мам симптомов болезни - температуре.

ЧТОБЫ СБИТЬ ТЕМПЕРАТУРУ

Еще лет 10-20 назад простуда проходила под теплым одеялом после чашки чая с малиновым вареньем и таблетки аспирина. Сегодня температуру порой не могут сбить сильнейшие современные лекарственные препараты. Другие болезни, другое лечение... Но главная причина - ослабление иммунитета и общее ухудшение здоровья у всех нас. Впрочем, об этом мы теперь говорить не будем. И так все ясно... Неясно только одно, что делать с ребенком, у которого сегодня температура? Итак:

1. Постельный режим: не укутывать и не запечатывать форточек! Очень хорошее средство - уложить ребенка в постель. Маленькие дети часто легко переносят температуру и не хотят ложиться. При высокой температуре, однако, малыш уже не может играть... Укройте его хорошенько, но не укутывайте. Ребенок и сам пропотеет. Но потеть ребенок будет только тогда, когда у него будет снижаться температура. А снижаться она будет при улучшении состояния.

2. Обтирание. Осторожно обтереть водкой, разведенной с водой. Вытереть насухо, не растирая. Одеть в сухое. Наша

ку. Некоторые используют парацетамол в свечках.

4. Не парьте малышу ноги. Ни в коем случае не надо делать теплых ножных ванн. Температура от этого только повысится.

5. Не занимайтесь самолечением антибиотиками и "известными вам средствами" до прихода врача. Как правило, на вирусы антибиотики не действуют, а вот на иммунитете ребенка могут сказаться отрицательно. Самое лучшее, что можно придумать в ожидании врача, - это противовирусная терапия, то есть обильное питье.

6. Ни в коем случае не давать горячий чай! Питье при высокой, 38-39 градусов, температуре не должно быть горячим. От горячего питья температура повысится... Питье должно быть теплым или обычной комнатной температуры. Иногда, если у ребенка не болит горло, для того чтобы снизить температуру, ему приходится пить даже охлажденную воду.

При снижении температуры очень хорошее действие оказывают не йодные сетки, не горчичники, а теплые, почти горячие, ножные и ручные ванны. Но делать их следует при температуре 37 и ниже, то есть практически нормальной. Один раз в день - теплые ножные

Возьмите 2 части травы кипрея, по 1 части цветков ромашки и травы пустырника. Столовую ложку сбора залейте стаканом холодной воды, поставьте на огонь и доведите до кипения. Настаивайте в теплом месте один час.

Доза чая зависит от возраста ребенка - от 1 столовой ложки до четверти стакана три раза в день после еды. Чай должен быть теплым, к нему можно подать мед.

В состав другого успокаивающего чая состоит из 2 частей цветков лаванды, по 1 части плодов тмина и травы донника, 3 частей листьев земляники.

Отвар следует давать детям теплым (39-40 градусов) по столовой ложке три раза в день за 20 минут до еды.

Более сложный сбор успокаивающего чая состоит из 2 частей цветков лаванды, по 1 части плодов тмина и травы донника, 3 частей листьев земляники.

Столовую ложку сбора нужно залить стаканом холодной воды, прокипятить 12-15 минут на слабом огне, настаивать один час.

Отвар следует давать детям теплым (39-40 градусов) по столовой ложке три раза в день за 20 минут до еды.

Более сложный сбор успокаивающего чая состоит из 2 частей цветков лаванды, по 1 части плодов тмина и травы донника, 3 частей листьев земляники.

Применение фитосырья дается во взрослых дозах. Поэтому Галина Владимировна советует при расчете дозы лекарственного сбора для ребенка руководствоваться рекомендациями болгарских фитотерапевтов: взрослым - 1 доза, детям от 7 до 14 лет - 1/2 взрослой дозы, от 4 до 7 лет - 1/3, от 3 до 4 лет - 1/4-1/6 дозы, 2 лет - 1/8-1/10.

Евгения ПЕНОВА.

только тогда, когда у него будет снижаться температура. А снижаться она будет при улучшении состояния.

2. Обтирание. Осторожно обтереть водкой, разведенной с водой. Вытереть насухо, не растирая. Одеть в сухое. Наша задача - снизить температуру. Поэтому обтирание не должно проводиться слишком теплой водой. Иногда обтирание делают даже прохладным. Но в этом случае вы должны быть уверены, что от него малышу не будет вреда. Для обтирания возьмите вафельное полотенце. После обсушите кожу ребенка салфеткой из материала, который легко и хорошо впитывает влагу.

3. До прихода врача, если вас слишком беспокоит температура, можно дать препараты парацетамола. Таких препаратов сейчас много, разные фирмы выпускают свои лекарства этой серии, и в принципе каждая мама уже знает, какие подходят ее ребенку.

очень хорошее действие оказывают не йодные сетки, не горчичники, а теплые, почти горячие, ножные и ручные ванны. Но делать их следует при температуре 37 и ниже, то есть практически нормальной. Один раз в день - теплые ножные ванночки и один раз в день - ручные.

Потом ребенка можно уложить, напоить теплым молоком и прочитать книжку. Укрыть, но не укутывать.

Не форсируйте лечение болезни. Не ругайте даже "в шутку" ребенка: "Когда ж ты выздоровеешь? Скорей выздоравливай!" Болезнь - это время тесного теплого эмоционального общения ребенка с самыми близкими ему людьми. Окружите ребенка лаской и заботой, они ему всегда очень нужны, особенно сейчас.

Мила ШИМАНСКАЯ, педиатр высшей категории.

ЗДОРОВЬЕ В ТАБЛЕТКАХ

Для того чтобы обеспечить организм всеми компонентами, необходимыми для нормальной жизнедеятельности, человеку нужно ежедневно получать около 600 веществ. Из них минимум 89 являются незаменимыми. Это 60 минералов (макро- и микроэлементов), 16 витаминов, 10 аминокислот и 3 основные полиненасыщенные жирные кислоты.

Думаете, зашли в аптеку - и купили чего душа пожелает. Лучше всего, конечно, поливитамины, в них-то уж наверняка окажется то, что необходимо именно вам.

Весьма распространенное и небезопасное заблуждение! Во-первых, поливитамины следует принимать только по рекомендации врача, а во-вторых, по определенной схеме, чтобы не приобрести камни в почках.

Да, поливитамины приводят к образованию камней в почках - к такому выводу пришли ученые из НИИ геронтологии. Они активизируют иммунную систему и обменные процессы организма. Если в микрофлоре мочеполового тракта вредоносных бактерий становится больше, чем полезных, то организм старается их "высаливать". Соли мочи покрывают "врагов" кальциевой решеткой и выбрасывают из организма с мочой. Но если микробы активны, а иммунитет ослаблен, то соли, пришедшие с поливитаминами, начинают "хватать" не только вредные микробы, но и саму поврежденную ткань. В результате в почке начинает образовываться камень.

Чтобы этого избежать, принимайте поливитамины по такой схеме: прием 5-7 дней, перерыв и водная нагрузка (4 л жидкости в день) в течение 3 дней и еще 5-7 дней без витаминов и дополнительной воды. После чего - снова неделя витаминов. И не забывайте о том, что витаминные "таблетки" могут быть полезны, но правильное питание они не заменят. Продукты содержат не только витамины и минеральные соли - в них есть ферменты и клетчатка, которых вы не найдете в обычных таблетках с витаминами. А потому присмотритесь повнимательнее к составляющим вашего рациона и позаботьтесь о том, чтобы витамины не "улетучились" из еды раньше времени.

Из-за потери витаминов по истечении какого-то времени нежелательно хранить продукты в свежем виде долго.

Овощи нарезают непосредственно перед употреблением в пищу, так как при контакте нарезанных овощей с воздухом уменьшается содержание в них многих витаминов и питательных веществ.

А сохраняются ли витамины в вареных овощах и фруктах?

Часть витаминов при кулинарной обработке гибнет, но оставшиеся в итоге лучше усваиваются. Как показали опыты, проведенные в английском Институте исследований пищи, из сырой моркови человек усваивает 4-5 процентов содержащихся в ней каротиноидов, а из вареной и превращенной в пюре - в пять раз больше. Дело в том, что обработка размягчает стенки клеток. Это касается шпината, брокколи и других овощей.

А по результатам исследования фактического питания населения России, проведенного Институтом питания РАМН с 1990 по 2000 год, выявлен дефицит витамина С у 100 процентов населения, витаминов B_1, B_2, B_6, фолиевой кислоты - у 80 процентов, бета-каротина - у 60. Повсеместно выявлен глубокий дефицит белков, полиненасыщенных жирных кислот, витаминов, кальция, селена, йода, фтора, цинка, железа, пищевых волокон. Сколько серьезных болезней порождено этим дефицитом! Хотите быть здоровыми - правильно питайтесь, следите за рационом, изучайте "характер" и "привычки" витаминов и минеральных веществ. И мы вам в этом поможем...

Юлия СМИРНОВА.

ВСЕ В НОРМЕ

Для начала сравните свой вес и рост с цифрами в таблице.

Рост в сантиметрах	Вес в килограммах
155	55,2
157,5	57,00
160	58,5
162,5	60,1
165	61,8
167,5	63,00
170	64,00
172,5	65,2
175	66,5
177,5	67,7
180	68,9

В принципе эти показатели рассчитаны для женщин 30-летнего возраста. Многие почему-то считают, что, переступив этот рубеж, можно расслабиться и каждые десять лет добирать по три-четыре килограмма. Если вы будете придерживаться этого принципа, то в конце концов неизбежно обратитесь к врачу. Ведь когда избыток веса составляет 30 процентов от нормы, это первая степень ожирения, а 50 процентов - вторая степень. На практике эти цифры означают и одышку, и повышенную нагрузку на сердце, и проблемы с опорно-двигательным аппаратом. А значит, и после тридцати не следует расслабляться.

Чтобы до старости сохранять оптимальный вес, польский журнал "На здрове" предлагает выполнять набор таких несложных, но весьма эффективных упражнений.

1. Ходьба по комнате - 30 секунд ускоренная, 40 секунд замедленная. Чередовать смелой на сиденье и встаньте на стул. 14-16 раз каждой ногой.

4. Лягте животом на сиденье стула, руки на поясе, ноги прямые, их лучше закрепить. Прогнитесь назад и вернитесь в исходное положение. 8-12 раз.

5. Сядьте прямо, не опираясь о спинку стула, руки на поясе. Наклонитесь вперед, коснитесь руками носков ног и вернитесь в исходное положение. 12-14 раз.

6. Медленно садитесь на стул и сразу встаньте. 14-15 раз.

7. Сядьте на край стула, руки на затылке, выпрямленные ноги врозь. Круговые движения туловищем. По 8 раз в каждую сторону.

8. Встаньте на расстоянии шага от спинки стула. Наклонитесь вперед под прямым углом, положив на спинку стула выпрямленные руки. Наклонитесь ниже, затем еще ниже, пружиня. 18-20 раз.

9. Держась руками за спинку стула, поднимитесь на носки, а затем присядьте. 18-20 раз.

10. Встаньте прямо, ноги врозь. Согните правую ногу и, наклоняясь вперед с поворотом туловища направо, левым локтем коснитесь правого колена. То же самое в другую сторону. По 12 раз.

И помните еще об одном. Даже упражнения, выполненные в полном объеме и по всем правилам, не принесут желаемых результатов, если вы после них не

Чтобы стать моложе, не обязательно прибегать к дорогой пластической операции, после которой, кстати, с месяц на людях показаться стыдно - лицо опухает. Вместо этого американский журнал "Селла" рекомендует несколько приемов массажа лица, разработанных доктором Лаурой Харт.

ГРИМАСЫ КРАСОТЫ

1. Упражнение, которое делает взгляд открытым и снимает усталое выражение. Сядьте перед зеркалом и смотрите себе в глаза. Пальцем поднимите одно веко выше его обычного положения. Потом проделайте то же с другим веком. Лоб при этом не должен морщиться. Повторите двадцать раз.

2. "Часы". Чтобы устранить эффект запавших глаз, вращайте глазными яблоками по четыре раза в каждую сторону. Такое происходит у ходиков, у которых при покачивании маятника глаза вращаются по орбите. При этом голова и брови остаются неподвижными. Повторите четыре раза.

3. "Кролик". Сморщите кожу на носу так, чтобы верхние зубы обнажились, как у кролика. Повторите двадцать раз.

4. Упражнение для щек. Втяните щеки, вытяните вперед губы и скажите "изюм". Повторите десять раз.

5. Для подтяжки и укрепления кожи под подбородком. Вытяните язык, сохраняя неподвижной нижнюю челюсть. Язык должен быть прямым. Повторите двадцать раз.

6. "Лягушка". Это усложненный вариант предыдущего упражнения. Нижняя челюсть в том же положении, но язык прижмите к небу, поближе к гортани, а потом с силой вытолкните его вперед. Челюсть при этом должна опуститься вниз. Повторите двадцать раз.

7. Чтобы уголки рта не стремились вниз. Нижняя губа неподвижна. Поднимите правую сторону верхней губы. Затем повторите то же с левой стороной. После этого вздерните всю верхнюю губу, обнажая верхние зубы. Повторите десять раз.

Эта нехитрая программа доктора Харт поможет вашей коже стать упругой и бархатистой, а также избавиться от морщин естественным способом.

Татьяна ГУРЬЕВА.

СПАСЕНИЕ - В РЫБЕ

Медики советуют курильщикам почаще есть рыбу. Как показали исследования, содержащиеся в рыбе аминокислоты заметно уменьшают вред, который

...ский журнал "На здрове" предлагает выполнять набор таких несложных, но весьма эффективных упражнений.

1. Ходьба по комнате - 30 секунд ускоренная, 40 секунд замедленная. Чередовать смену ритмов несколько раз.

2. Поставьте два стула сиденьями друг к другу на расстоянии ширины плеч. Повернитесь к стульям спиной, упритесь руками в сиденья и отжимайтесь, сгибая и разгибая руки, 6-8 раз. Ноги при этом должны быть вытянуты вперед.

3. Встаньте лицом к сиденью стула, держась руками за спинку. Наступите одной но-

том туловища направо, левым локтем коснитесь правого колена. То же самое в другую сторону. По 12 раз.

И помните еще об одном. Даже упражнения, выполненные в полном объеме и по всем правилам, не принесут желаемых результатов, если вы после них не будете делать холодного обтирания, обливания или принимать прохладный душ. Тогда, поддерживая вес в оптимальной норме, вы еще и закалите ваш организм, а также улучшите состояние нервной системы.

Ольга ФУРСОВА.

5. Для подтяжки и укреп-

Татьяна ГУРЬЕВА.

СПАСЕНИЕ - В РЫБЕ

Медики советуют курильщикам почаще есть рыбу. Как показали исследования, содержащиеся в рыбе аминокислоты заметно уменьшают вред, который табак причиняет организму.

Дело в том, что никотин воздействует прежде всего на кровеносные сосуды, делая их жесткими и тем самым лишая способности расширяться. В результате может произойти закупорка сосудов и как следствие - сердечный приступ. По мнению ученых, избавить курильщиков от этих проблем может всего одна рыба в день. Кроме того, было замечено, что подобный эффект, хотя и в меньшей степени, оказывает витамин С. Правда, после нового открытия врачи все же заявили, что они не ищут способа сочетать курение со здоровым образом жизни. По их мнению, лучший способ быть здоровым - это, конечно, не курить.

Владимир КОМОЦКИЙ.

Этот жирорастворимый витамин может накапливаться в организме. Его иногда называют кожным витамином, так как он необходим для восстановления тканей кожи, а низкое его содержание приводит к образованию пятен, прыщей и перхоти.

ВИТАМИН НА БУКВУ А

Существуют две формы этого доступного пищевого вещества: ретинол, который поступает с продуктами животного происхождения - рыбьим жиром, печенью, яйцами и сливочным маслом, и провитамин А под названием бета-каротин, который присутствует в ярко окрашенных фруктах и овощах. Бета-каротин превращается в организме в витамин А, когда в этом есть необходимость.

Это означает, что даже вегетарианцам, которые не едят пищу животного происхождения, не нужно беспокоиться, что витамина А будет мало.

Витамин А нужен для того, чтобы были здоровы глаза, он помогает нам видеть в сумерках. Он необходим для восстановления иммунной системы, для здорового роста в юности, для укрепления волос и ногтей.

Если там, где вы живете, зимы, как правило, суровые, в вашем рационе просто необходимо присутствие витаминов А и Д, которые в достаточном количестве содержатся в палтусе, скумбрии, зубатке и тихоокеанской сельди.

Витамин А в комплексе с витамином С и цинком рекомендуют принимать перед хирургической операцией.

Лучшие источники: рыбий жир, печень, почки, яйца и молочные продукты, особенно молоко и сливочное масло. Учтите, что витамин А практически отсутствует в свином сале и растительных маслах, очень мало его в говяжьем жире.

Уменьшается при кулинарной обработке (в том числе при контакте с железом и медью кухонной утвари), а также при контакте с воздухом.

Витамин А очень неустойчивое соединение, он легко окисляется, теряя свою биологическую активность. В связи с этим овощи, содержащие провитамин А, не рекомендуется оставлять надолго на воздухе в размельченном состоянии, особенно при ярком освещении, - это ускоряет его разрушение. Овощи лучше сохранять в темных помещениях или в закрытой посуде, а при приготовлении резать на мелкие кусочки только непосредственно перед использованием. Витамин А и каротин хорошо растворяются в жире. Следовательно, овощи, богатые каротином, для более полного усвоения и всасывания в кишечнике лучше употреблять с жирной пищей, тушить в масле.

Симптомы авитаминоза включают кожные инфекции, сухость кожи и волос, слабое зрение, особенно при плохом освещении, головные боли и сухость в глазах. Болезненная чувствительность глаз к яркому свету - это иногда признак недостатка витамина А, и тогда надо больше есть сыра, моркови и томатов.

При гиповитаминозе А человек в сумерках быстро теряет ориентировку, нечетко видит предметы, зрительные реакции его замедлены. Поэтому витамин А важен для водителей транспорта и тех, кто работает в ночное время.

Серьезная нехватка витамина А приводит к ксероофтальмии (высыханию и разрушению глазной оболочки) и "куриной слепоте".

Нередко чешуйки на коже - сигнал о недостатке в организме витаминов (прежде всего А и В). Полноценное питание быстро приведет кожу в норму. Но если шелушение сопровождается сильным зудом - немедленно к врачу: серьезная опасность грибкового заболевания.

Некоторые медики усмотрели связь больших доз синтетической формы витамина А с несколькими случаями патологии при родах, зарегистрированными в США. По этой причине беременным женщинам рекомендуется ограничить прием витамина А.

Чрезмерное количество витамина А может привести к головным болям, тошноте, рвоте, сонливости, раздражительности, расстройству походки и боли в конечностях.

Юлия СМИРНОВА.

ШАПОЧКА-ШЛЕМ

Шапочкой-шлемом пользоваться очень удобно. С ней не нужен шарф, а это сокращает время одевания ребенка. Воротник к шлему можно сделать столь красивым, что кроме тепла он будет и украшением свитера или куртки. Шлем ляжет точно по головке ребенка, и его можно будет надевать под капюшон в холодную погоду.

Для того чтобы шлем был впору вашему малышу, нужно правильно снять мерку и определиться с нужной глубиной шапочки. Снимаем мерку от мочки правого уха до мочки левого через темя, не уменьшая. Рассчитываем количество петель по вывязанному образцу и вяжем резинкой 1 х 1 (1 лицевая, 1 изнаночная) 2-3 см. Затем вяжем выбранным рисунком в прямом и обратном направлении на высоту, равную четверти длины шапочки (если вы хотите, чтобы шлем закрывал и лоб или его часть, то больше чем четверть). После этого петли делим на 3 равные части, и начинаем вязать затылочную часть шапочки, как пятку. Для этого вяжем только центральную часть и в каждом ряду провязываем последнюю петлю центральной части и 1 петлю боковой вместе. Уменьшив боковые петли на треть, начинаем вязать в центре по 3 вместе, предварительно поменяв местами первую и вторую петли (чтобы вторая лежала сверху при развороте), а боковые петли продолжаем вязать по 2 вместе. Когда в середине останется 7-9 петель, вязать по 3 вместе прекратить, и боковые петли вязать до тех пор, пока не провяжутся все петли.

Средние петли оставьте открытыми, и по краям наберите нужное количество петель плюс 6-7 с каждой стороны на застежку (путем перекрученного накида). На петлях застежки сделайте петельки для пуговиц (в лицевом ряду закрыть 1 петлю, а в изнаночном восстановить ее с помощью накида. Если пуговки будут большие, то закрывать и восстанавливать нужно 2-3 петли).

Воротник. По набранным петлям вяжем резинкой 1 х 1 2,5-3 см. После резинки сделать прибавку петель в лицевом ряду, вывязывая из 1 петли 3 через каждые 3 петли. Изнаночный ряд вяжем резинкой 1 х 1 по рисунку. После резинки переходим на основной узор и вяжем 2-3 см, после этого вяжем резинку 1 х 1 и делаем прибавку. Так делаем до тех пор, пока не будет вывязан воротник на нужную высоту. Закончить воротник нужно или резинкой 1 х 1, или платочной вязкой (вяжем только лицевыми петлями в лицевых и изнаночных рядах), для того чтобы край воротника не закручивался, или делаем кисточки (в незакрытые петли крючком протянуть несколько ниток и затянуть кисточку, но количество петель не должно быть больше 6, чтобы не стягивать край).

Вот расчет на шапочку-шлем для ребенка 1 год 2 месяца.

Условные обозначения:

Л - лицевая;

Изн - изнаночная;

1 СН НЗС - 1 петлю снять, нить за спицей;

1 СН НПС - 1 петлю снять, нить перед спицей;

то, что в скобках, - повторять до конца ряда.

Светлая нить: 1-й ряд - (3 Л, 1 СН НЗС), 2 Л.

Спицы № 2,5 мм. Нитки - шотландский мохер. Ширина - 36 см, глубина - 15 см, чтобы шапочка закрывала лоб. По образцу получилось, что нужно набрать 96 петель. Связать резинкой 1 х 1 3 см и далее по рисунку 12 см.

Рисунок. Количество петель должно делиться на 4 плюс 2 для симметрии плюс 2 кромочные.

2-й ряд - 2 Изн, (1 СН НПС, 3 Изн).

Темная нить: 3-й ряд - 1 Л, (1 СН НЗС, 3 Л), 1 Л.

4-й ряд - 1 Изн, (3 Изн, 1 СН НПС), 1 Изн.

5-й ряд - повторить с первого и т.д.

Затылочная часть однотонная, связана тем же цветом, что и резинка.

Разделив 96 на 3 части, получили 32 петли. Вяжем среднюю часть и в каждом ряду последнюю петлю с одной петлей боковых частей провязываем 2 вместе. Когда боковых петель останется по 20, то в средней части, выделив для себя среднюю 16-ю петлю, вязать по 3 вместе (15-ю и 16-ю меняем местами, 16-ю разворачиваем, чтобы красиво лежала и не была перекрученной, и вяжем 15-ю, 16-ю и 17-ю вместе, в изнаночном ряду эту петлю переснимаем, не провязывая, НПС) до тех пор, пока в средней части не останется 7 петель, и далее продолжаем подсоединять боковые части уже по 3 вместе, не провязывая. Закончив затылочную часть, наберите по боковым сторонам шапочки по 30 петель плюс 7 петель на застежку. Получили 81 петлю. Далее вяжите резинкой 1 х 1, и после первой прибавки получили 98 петель. Вяжите 2 раппорта рисунка. Далее резинкой 1 х 1, затем вторая прибавка, после чего должно получиться 109 петель. Закончить 4 рядами платочной вязки и кисточками, которые продеты через 6 открытых петель.

Шлем можно выполнить любым другим рисунком, разного цветового решения и украсить его так, как вам нравится: шишечками, цветочками, петельками. *Шлем на фото 2 связан* по расчету, данному выше, но выполнен другим рисунком и украшен. По краю его можно обвязать крючком.

Ирина ПОЛЯКОВА.

ли продолжаем вязать по 2 вместе. Когда в середине останется 7-9 петель, вязать по 3 вместе прекратить, и боковые петли вязать до тех пор, пока не провяжутся все петли.

сколько ниток и затянуть кисточку, но количество петель не должно быть больше 6, чтобы не стягивать край).

Вот расчет на шапочку-шлем для ребенка 1 год 2 месяца.

рисунку 12 см.

Рисунок. Количество петель должно делиться на 4 плюс 2 для симметрии плюс 2 кромочные.

Затылочная часть однотонная, связана тем же цветом, что и резинка.

Разделив 96 на 3 части, получили 32 петли. Вяжем сред-

украшен. По краю его можно обвязать крючком.

Ирина ПОЛЯКОВА.

НОЖКИ В ТЕПЛЕ

Вяжем носочки на двух спицах

Носки - вещь необходимая для всех, а для маленьких ножек особенно. Поэтому, став мамой, я решила научиться их вязать. Оказалось, что существует три варианта вязания: крючком, на пяти спицах и на двух спицах. Последний вариант мне понравился больше других.

Количество петель зависит от размера ноги, толщины нитки и спиц, но это число должно быть кратным 6 (обычно 36, 42, 48 или 54). Вязание начинаем с резинки 1 х 1 (1петля лицевая, 1 изнаночная) или 2 х 2 (2 лицевые, 2 изнаночные). Связав резинку желаемой высоты, провяжите еще несколько рядов рисунком. В качестве рисунка может быть просто чулочная вязка (лицевые ряды - лицевые петли, изнаночные ряды - изнаночные петли), цветные полоски различной высоты или несложный узор. Я часто использую такой: 1-й ряд вяжем цветом "А": кромочная, *три петли лицевые, одну снять, не провязывая*, кромочная. 2-й ряд вяжем цветом "А" по рисунку. 3-й ряд вяжем цветом "В": кромочная, лицевая, *снять, не провязывая, три лицевые*, 4-й ряд - цвет "В" по рисунку 5-й и 6-й ряды - цвет "А", 7-й и 8-й - как 3-й и 4-й, и так далее. Получаем плотный рисунок из продольных полос с зубчиками.

Половину всех петель (1/4 часть с каждого края) снимите на дополнительную спицу или временно закройте. В работе остается 1/2 петель посередине вязания. Продолжайте вязать тем же рисунком до основания пальцев (примерку производите, обернув верхнюю часть носка (с резинкой) вокруг щиколотки. Теперь приступайте к вывязыванию носка (сужающейся части). Вяжите чулочной нитью основного цвета. 1-й ряд: кромочная, лицевые петли, последнюю снять, не провязывая. 2-й ряд: кромочная, изнаночные петли, последнюю снять, не провязывая. Продолжайте вязать так же, пока не получите трапецию, у которой каждая боковая сторона равна 1/3 петель, находящихся в работе. Теперь выполните обратное действие: в каждом последующем ряду провязывайте на одну петлю больше. Получился трапециевидный карман, служащий носком. Свяжите подошву чулочной вязкой. При этом последнюю петлю каждого ряда провязывайте вместе с кромочной петлей верхней части носка. Таким образом, носок автоматически сшивается. Дойдя до широкой части работы, приступайте к вывязыванию пятки. Пятка выполняется так же, как носок.

Работа почти закончена. Сшейте петли, оставленные на дополнительной спице, с открытыми петлями пятки так, чтобы шов был незаметным. Аккуратно выполните шов верхней части носка. Вот и все. Осталось только связать еще один такой же носочек, и маленьким ножкам будет тепло и уютно!

Наталия РАЗЛУЦКАЯ.

ЕСЛИ КАРМАНОВ НЕТ

Прочитал в "Друге дома" о том, как сшить модный кожаный рюкзак, и хочу поделиться своим опытом. Я тоже из старых кожаных голенищ от сапог делаю сумочки, только не большие, а маленькие, которые носятся на поясе. Они немного напоминают патронташ и смотрятся гораздо симпатичнее сумок-"напузников", которые многие носят летом, когда жарко. Действительно, у футболок карманов нет, а в джинсы много не напихаешь, так что такой "патронташ" здорово выручает - в него и деньги можно положить, и документы, и записную книжку.

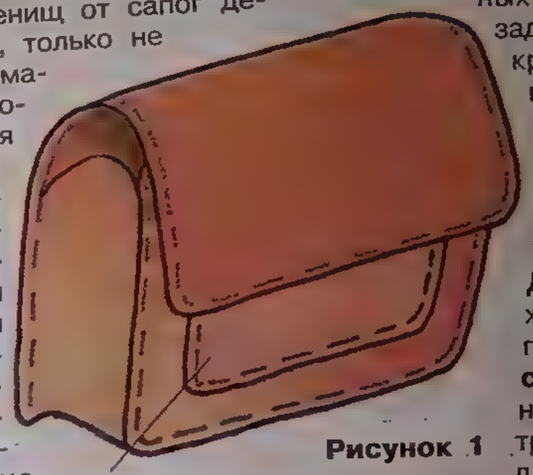


Рисунок 1

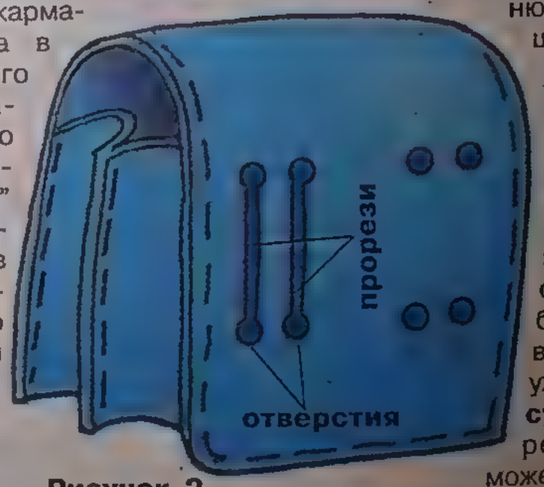


Рисунок 2

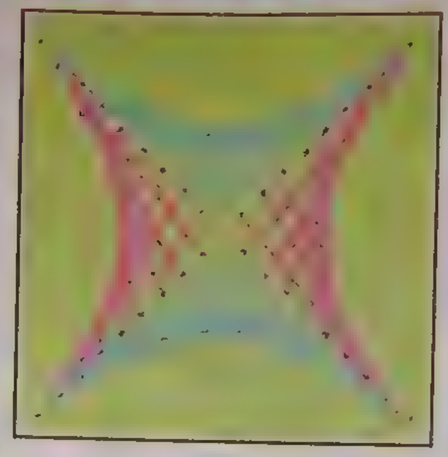
На сумочку уходит один вечер. Машинки у меня нет, я шью вручную. Кожа нужна потолще и поплотнее.

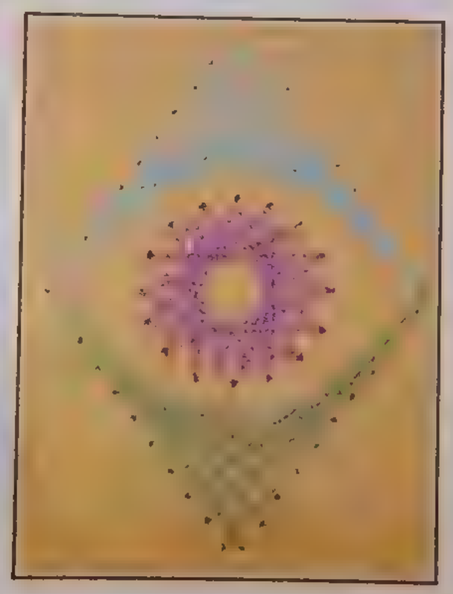
Сумочка делается так. Сперва раскраиваете кожу. Основных деталей три: задняя сторона с крышкой-клапаном, передняя сторона и боковина. Примерный размер сумочки - 100 х 150 мм. Детали надо сложить и сшить, как показано на **рисунке 1**. Нитки надо брать контрастные - так будет нарядней. Края тоже лучше прошить. На заднюю стенку пришейте две кожаные шлейки или сделайте прорези. Но не просто режьте кожу, а то она поползет. Сперва сделайте пробойником отверстия, а потом уже режьте **(рисунок 2)**. На переднюю стенку можете нашить кармашек. Застежка - любая. Можно кнопки, а можно - ремешки с пряжками.

Денис ВОРОНИН.
Великий Новгород.

ВОЛШЕБНАЯ ИЗОНИТЬ

Занятие это несложное и очень увлекательное. Кто впервые увидел изонить и сам попробовал что-то сделать, удивляется - как это просто, а казалось таким сложным.





Детям 7-10 лет работа эта очень нравится, но им нужна помощь взрослых. Дети постарше справятся самостоятельно.

В технике "Изонить" можно сделать закладки для книг, открытки, обложку для фотоальбома или адреса, панно, елочные игрушки и даже шкатулочку. Работа выполняется быстро и аккуратно с первого раза, а ваша фанта-

угла - начиная от вершины, а на другой стороне угла - к вершине. Количество точек должно быть одинаковое.

4. Сделайте шилом проколы во всех точках, кроме вершины угла.

5. Вденьте нитку в иголку, узелок на конце нити не завязывайте.

6. Войдите иглой в точке 1 с изнанки на лицо. Хвостик нити примерно

Рисунок 1

Начало и конец нитки приклейте на изнанке.

Хочу особо подчеркнуть, что в основе "Изонити" лежит не рисунок, а чертеж. Эта работа у мальчиков получается лучше, чем у девочек.

На **рисунке 4** представлена трафаретка-образец заполнения окружностей по таблице.

Каждый начинающий делает такую трафаретку сам, а потом выбирает из нее варианты для своих работ и композиций.

Закладка для книги

Из цветного картона или

...игрушки и даже шкатулочку. Работа выполняется быстро и аккуратно с первого раза, а ваша фантазия беспредельна.

Материалы и инструменты:

- картон, бархатная и наждачная бумага; шелк, наклеенный на флизелин. Это основа, на которой мы создаем композицию. На одной стороне начертите рисунок - это изнанка, на другой стороне (цветной) вышивайте - это лицо изделия;
- нитки. Они могут быть катушечные или мулине, но лучше всего нитки "Ирис" или "Гарус" (ровные, блестящие и не очень тонкие). Чем больше цветов и оттенков ниток, тем богаче будет композиция;
- иголка, желательно с тупым концом и большим ушком (для работы по трикотажу);
- чертежные инструменты: карандаш (хорошо отточенный), линейка, треугольники, циркуль;
- шило, ножницы, клей (лучше ПВА).

Техника выполнения заключается в двух основных приемах:

- заполнение угла;
- заполнение окружности.

Заполнение угла

Начнем с простого острого угла **(рисунок 1)**.

1. Начертите на изнанке картонки любой угол.
2. На каждой стороне угла отметьте точки через 5 мм.
3. Пронумеруйте полученные точки, на одной стороне

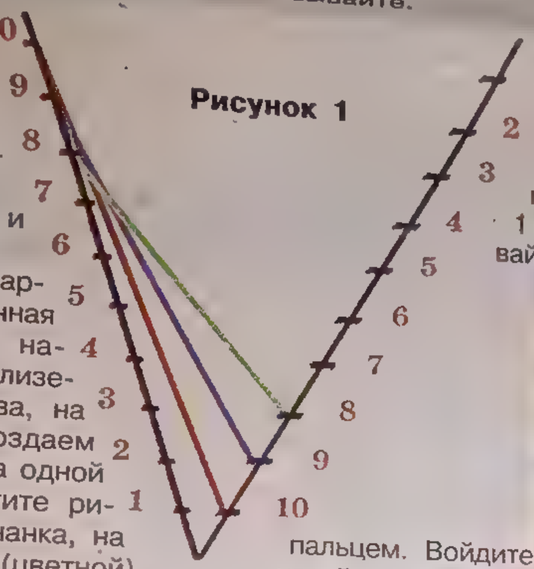


Рисунок 1

5. Вденьте нитку в иголку, узелок на конце нити не завязывайте.

6. Войдите иглой в точке 1 с изнанки на лицо. Хвостик нити примерно 1 см придерживайте на изнанке пальцем. Войдите иглой в точку 1 на другой стороне угла с лица на изнанку. Стежок хорошо натяните.

7. На изнанке стежок делается по той стороне угла, на которой находитесь, в соседнюю дырочку: 1-2, 2-3, 3-4 и так далее.

8. По лицу соедините дырочки с одинаковыми номерами длинными, хорошо натянутыми стежками, переходя от одной стороны угла к другой.

9. По изнанке стежки располагаются строго по сторонам угла в виде пунктирных линий **(рисунок 2)**.

10. Начало и конец нитки (длиной примерно 1 см) аккуратно приклейте на изнанке.

Из углов можно составить паутинки, звездочки, волны **(схемы на рисунке 3)**.

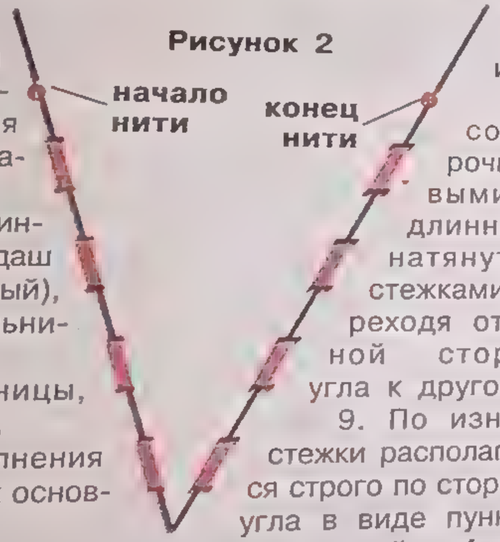
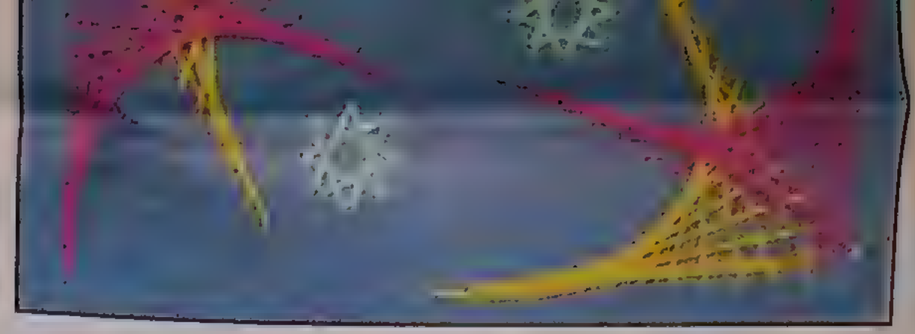


Рисунок 2

Рисунок 3



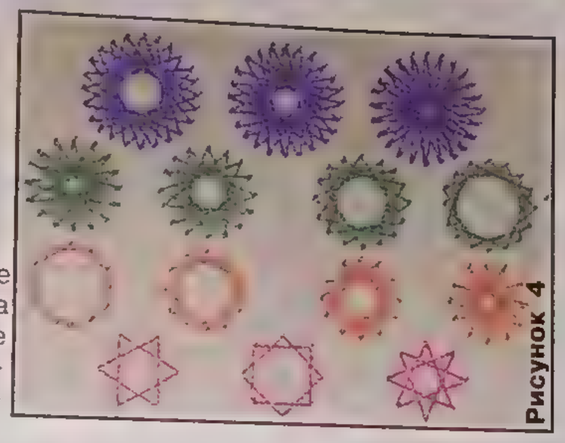


Рисунок 4

Заполнение окружности

С помощью циркуля начертите окружность желаемого размера (радиуса), разделите ее на равные части (на 6, 8, 12 и т.д.). Проколите шилом дырочки. Иголку с ниткой введите с изнанки на лицо, кончик нитки придержите.

По лицу прокладывайте стежки-хорды, двигаясь по кругу, считая количество пропускаемых дырочек.

По изнанке вводите иглу в соседнюю дырочку в обратном направлении (шаг назад). В каждую дырочку входите только дважды. По лицу из каждой дырочки выходят только две нитки, поэтому иногда приходится делать по изнанке шаг вперед, а не назад.

Чем длиннее стежок-хорда, тем меньше получится центральное отверстие (серединка цветка). Варианты заполнения окружности сведены в таблицу.

На сколько частей разделена окружность (колич. дырочек)	Длина стежка-хорды (в какую дырочку входить иглой)	Примечания
6	2	по кругу
8	2	по кругу
8	3	4 стежка в одну сторону, 4 - в другую
12	2	по кругу
12	3	6 стежков в одну сторону, 6 - в другую
12	4	то в одну, то в другую сторону
12	5	---//---
16	4	по кругу
16	5	то в одну, то в другую сторону
16	6	---//---
16	7	---//---
24	11	---//---
24	10	---//---
24	9	---//---
24	8	---//---

...бота у мальчиков получается лучше, чем у девочек.

На **рисунке 4** представлена трафаретка-образец заполнения окружностей по таблице.

Каждый начинающий делает такую трафаретку сам, а потом выбирает из нее варианты для своих работ и композиций.

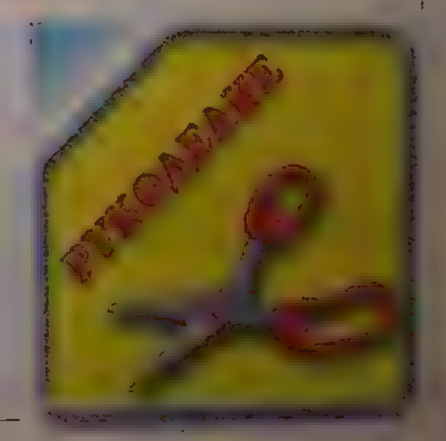
Закладка для книги

Из цветного картона или бархатной бумаги вырежьте полоску шириной 4 см и длиной 18-20 см. Сначала проведите осевую линию карандашом, отступив по 2 см от краев. На этой осевой расположите углы и окружности. Это может быть геометрический рисунок или стилизованный: рыбка, елочка, снеговик. Наколите дырочки и вышивайте. Изнаночную сторону заклейте бумагой и положите работу под пресс, например, из стопки книг.

Открытка

Из цветного картона или бархатной бумаги вырежьте прямоугольник размером 10 x 15 см. Из ватмана или другой плотной белой бумаги вырежьте прямоугольник размером 22 x 16 см и сложите его пополам (по длинной стороне). Чертите рисунок открытки на изнанке цветного картона. Наколите дырочки и вышивайте. Готовую изонить наклейте на ватман. Внутри открытки напишите поздравление.

Евгения ГОРЯЧЕВА, преподаватель кружка "Рукоделие" Московского дома культуры "Московские окна".



КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

ПРИГОТОВЬТЕ ВКУСНУЮ РЫБУ

Великий пост - самый строгий, но рыбу иногда есть можно. Как ее приготовить, знают все. Но вот несколько рецептов для вкусных и полезных блюд, которыми часто пользуются во время поста православные, живущие на Балканах.

КАРП В КОЖУРЕ С РИСОМ И ИЗЮМОМ

Мелко нарежьте 2-3 головки лука и слегка поджарьте его. Добавьте в сковороду полстакана риса, кофейную чашку изюма, соли и черного перца по вкусу, а также 3 столовые ложки белого сухого вина и стакан воды. Приготовленную смесь тушите на медленном огне. Почистите, промойте и посолите карпа. Уложите в него приготовленную смесь. Брюхо рыбы зашейте нитками. Замесите на воде тесто из 500 г муки, добавьте по вкусу соли. После того как тесто постоит немного, раскатайте его, смажьте маслом, положите на тесто рыбу, также смазанную маслом. Облепите карпа тестом, нарисуйте ножом рот, хвост, плавники и, если хотите, любые другие узоры. Снова смажьте маслом и жарьте в духовке до готовности на среднем жару. Тесто должно стать розовым. Если не хотите запекать карпа в тесте, наполните [illegible] приготовленной смесью, [illegible] нитками и положите [illegible] Залейте смесью из стакана воды с 2-3 большими ложками томатного пюре. Рыбу полейте растительным маслом и присыпьте слегка мукой.

РЫБА С ЛУКОМ В ТЕСТЕ

Возьмите килограмм пресной рыбы, 100 г растительного масла, 10-12 зубчиков чеснока, 2 столовые ложки яблочного уксуса, пучок петрушки, черный перец, соль по вкусу. Приготовьте тесто на холодной воде из 3 стаканов муки. Щепотка соли не помешает.

Почистите, промойте рыбу, нарежьте ее на небольшие кусочки. Посолите их и оставьте на два часа в холодильнике. Тесто раскатайте в большой и толстый квадрат по размеру больше противня, в котором будет печься рыба, чтобы вы смогли накрыть противень сверху. Тесто уложите в противень, смазанный маслом или жиром, полейте половиной приготовленного масла, посыпьте перцем, мелко нарезанными зубчиками чеснока, петрушкой, посолите. Уложите на тесто рыбу, поперчите, полейте яблочным уксусом и оставшейся частью масла. Покрошите петрушку и чеснок. Закройте сверху тестом. Запеките в духовке на умеренном жару.

Дайте блюду остыть и ломайте или режьте рыбу на кусочки. Гарниром может стать тушеный картофель.

РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ФОЛЬГЕ

Приготовьте большую рыбу, почистите ее, промойте, потом смажьте растительным маслом снаружи и внутри. Хорошо посолите. В рыбу положите лавровый лист, черный перец и специи по вкусу. Плотно закатайте рыбу в фольгу и положите на противень с небольшим количеством воды. Запекайте до готовности на умеренном или слабом огне.

РЫБА В ПАНИРОВКЕ

Очистите 800 г белой рыбы от костей и кожуры, хорошо промойте и нарежьте кусочками. Оставьте их на полчаса полежать в белом вине (хватит одного бокала), добавив 2 большие ложки лимонного сока и немного соли. Приготовьте смесь для панировки: полстакана муки, 2 яйца, полстакана пива и чуть соли. Взбейте приготовленную смесь. Кусочки рыбы погружайте в смесь и жарьте в кипящем масле. Готовую рыбу украсьте петрушкой и ломтиками лимона.

КАРП С ОРЕХАМИ В ДУХОВКЕ

Для этого блюда лучше всего подойдет полуторакилограммовый карп. Еще нужно 150 г репчатого лука, 150 г сливочного масла, 100 г томатного пюре, 150 г очищенных грецких орехов, 100 г грибов, 100 г белого сухого вина, 300 г кислого молока или ряженки, 3 яйца, пучок петрушки, немного черного перца и жира.

Очищенного и вымытого карпа освободите от всех костей, разрезав вдоль и поперек, но не разделяя его по хребту. Пусть карп станет у вас раскрытой книгой. Голова и хвост не отделяются. Рыбу посолите изнутри и посыпьте черным перцем. Лук нарежьте дольками и пожарьте до золотистого цвета. Добавьте томатное пюре, орехи, измельченные ножом, мелко нарезанную петрушку, теплую воду и свежие грибы. Нарежьте их мелкими дольками. Рыба наполняется приготовленной смесью. "Книгу" из карпа закройте и зашейте брюшину нитками. Положите на противень. Добавьте вина и запекайте блюдо в духовке на умеренном жару. Но не до полной готовности!

Яйца взбейте с кислым молоком. Посолите по вкусу и залейте смесью почти готового карпа. Допеките, поддав немного жару. Подавайте блюдо на стол теплым, не остывшим.

Александр КУРБАТОВ.

...ОСТРЫЕ ЗАКУСКИ

вкусу, мелко нарезанный укроп, полейте отжатым капустным соком и перемешайте.

КОРОЛЕВСКАЯ ФАСОЛЬ

СУП-ПЮРЕ ИЗ ФАСОЛИ

На один средний кочан капусты (весом примерно 1 кг)

на противень. Залейте смесью жиром, полейте половиной при- чеством воды. Запекайте до лока или ряженки, 3 яйца, пучок

Александр КУРБАТОВ.

ПОСТНЫЕ ЗАКУСКИ

ГРИБЫ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ

200-250 г соленых грибов нарежьте, смешайте с таким же количеством квашеной капусты. Добавьте нашинкованную небольшую луковицу, перец по вкусу и заправьте растительным маслом.

КВАШЕНАЯ КАПУСТА С ОРЕХАМИ

350-500 г квашеной капусты смешайте с 3-4 ложками толченых грецких орехов, растертыми с 3-4 измельченными дольками чеснока и солью. Добавьте чайную ложку сухих пряностей по вкусу, мелко нарезанный укроп, полейте отжатым капустным соком и перемешайте.

РУССКИЙ РАЗНОСОЛ

В любых пропорциях возьмите отварные морковь и картофель, квашеную капусту, соленые грибы, огурцы и помидоры, маринованный лук.

Картофель и морковь нарежьте кружочками, соленые огурцы - дольками, крупные грибы разрежьте пополам, лук нарежьте колечками. Мелкие помидоры оставьте целыми. Все продукты красиво выложите на блюдо, полейте растительным маслом и посыпьте зеленью.

Ирина ДУБРОВИНА.
Псков.

ШАНСОВ В ДВА РАЗА БОЛЬШЕ

ВОЗЬМИ И ВЫИГРАЙ!

ФАВОРИТ

Только одна газета дает возможность и "оттянуться" за серией кроссвордов, и узнать все самое интересное, самое вкусное из новостей. Только одна газета в награду за ее чтение и разгадывание кроссвордов раздает призы.

Эта газета - "Фаворит".

Вы хотите приз?
Мы ждем вас!

В Объединенном каталоге "Пресса России" (он зеленого цвета) надо открыть 1-й том на странице 127, найти наш индекс - 40856 и оформить подписку. Теперь мы всегда будем в вашем доме.

Ваш "Фаворит".

КОРОЛЕВСКАЯ ФАСОЛЬ

МОРКОВЬ С ФАСОЛЬЮ

В небольшом количестве воды отварите до мягкости 150-200 г мяса. Выньте, порежьте мелкими кусочками, опустите в тот же бульон, добавьте 600 г моркови, порезанный мелкими кусочками лук и тушите под крышкой. 300 г белой фасоли отварите в слегка подсоленной воде с чайной ложкой майонеза. Готовую фасоль добавьте в морковно-мясную массу, подсолите по вкусу и доведите до кипения.

ИМПЕРАТОРСКОЕ КУШАНЬЕ

Вам потребуется по 200 г фасоли и подкопченных шпикачек, 100 г чернослива, 100 г сливочного масла, 2 столовые ложки сахара, соль.

Фасоль замочите на несколько часов, отварите в подсоленной воде. Шпикачки нарежьте соломкой, немного обжарьте в масле. Чернослив запарьте, удалите косточки и потушите в масле вместе с сахаром. Все продукты перемешайте. Подавать это блюдо можно как холодным, так и горячим.

ПИРОГИ С ФАСОЛЬЮ

Сделать такую начинку очень просто. Отварите фасоль в чуть подсоленной воде, остудите. Отвар слейте. Можно размять фасоль толкушкой. Отдельно порежьте сало мелкими кусочками и распустите в шкварки. И шкварки, и растопленное сало добавьте в фасоль. Положите в начинку толченый чеснок - он придаст особую пикантность. Перемешайте. Начинка готова. А можно вместо шкварок и чеснока сдобрить фасоль растопленным маслом и добавить сахар - тогда получатся сладкие пирожки.

Тесто для пирожков с фасолью может быть любым, какое вам больше нравится.

СУП-ПЮРЕ ИЗ ФАСОЛИ

Отварите 400 г фасоли, протрите через сито и разведите отваром, в котором она варилась. Посолите, луковицу мелко порежьте и обжарьте в 2 столовых ложках растительного масла и вместе с маслом добавьте в фасолевое пюре. Подавайте с гренками.

САЛАТ "ОЛИВЕТТИ"

Вам потребуется 300 г мякоти вареной курицы, 3 отварные картофелины, 2 соленых огурца, 100 г вареной цветной капусты, 3 свежих помидора, по 2 столовых ложки отварной фасоли и консервированного зеленого горошка, 2 столовые ложки майонеза.

Для заправки перемешайте полстакана растительного масла, полстакана 3-процентного уксуса, чайную ложку сахара, перец, соль.

Цветную капусту разберите на соцветия, картофель, огурцы, помидоры и мякоть птицы нарежьте тонкими ломтиками. Добавьте горошек и фасоль, заправьте майонезом, перемешайте и полейте заправкой.

ЗАКУСКА ИЗ ФАСОЛИ

300 г фасоли отварите до готовности и пропустите через мясорубку. Добавьте по 100 г пассерованного лука и сладкого перца, нарезанных соломкой. Посолите, поперчите, добавьте 4 растертых зубчика чеснока и уксус по вкусу.

САЛАТ "СТРУЧКИ И СОСИСКИ"

300 г стручковой фасоли отварите и нарежьте, 3-4 отварные сосиски порежьте кубиками. На мелкой терке натрите 100 г сыра и луковицу. Измельчите маленький помидор. Все перемешайте и заправьте майонезом.

Светлана СУХАНОВА.
Оренбург.

ЗАКУСКА ИЗ ХЛЕБА И КАПУСТЫ

На один средний кочан капусты (весом примерно 1 кг) возьмите 200 г хлебного мякиша, 2 крупные луковицы, 2 кислых яблока, 3 яйца, 3 столовые ложки растительного масла, стакан молока, соль, перец, уксус.

Пшеничный или ржаной хлеб размочите в молоке, у кочана капусты удалите кочерыжку, разрежьте его на четыре части и отварите в подсоленной воде.

Капусту остудите, отожмите и вместе с размоченным хлебом, репчатым луком, яблоками и вареными вкрутую яйцами пропустите через мясорубку.

Заправьте массу растительным маслом, солью, перцем и уксусом. Тщательно перемешайте и выложите на блюдо.

КАПУСТНЫЕ РУЛЕТИКИ ПОД СОУСОМ

Кочан капусты зачистите, опустите в подсоленную воду и отварите до полуготовности. Разберите на листья, отбейте утолщенную часть и сверните каждый лист в маленький рулетик. Рулетики уложите в сотейник, добавьте немного масла и отвара, в котором варился кочан. Закройте крышкой и доведите до кипения.

СУП С УШКАМИ ИЗ КАПУСТЫ

Из воды, соли и 600 г муки приготовьте крутое тесто. Раскатайте его в тонкий пласт, нарежьте маленькими квадратиками, на каждый положите фарш из 200 г кислой капусты обжаренной в масле с 2 головками мелко нарезанного лука. При желании в фарш можно добавить соль и перец. Квадраты защипите и опустите в кипящий грибной бульон и варите до готовности.

Нина ПРОНИНА.
Новокузнецк
Кемеровской области.

ОРАНЖЕВОЕ ЧУДО

Наконец-то весна по-настоящему вступает в свои права! За долгие холодные месяцы мы так соскучились по яркому солнышку, обилию зелени, богатому витаминами питанию. Но до нового урожая ягод и фруктов еще далеко, а те красивые, похожие на искусственные, плоды, что украшают большинство прилавков, и вкусом, и запахом весьма отдаленно напоминают настоящие (о содержании в них полезных веществ я вообще молчу). Что же нам остается, кроме надоевших каш и макарон? Как разнообразить стол полезными для организма блюдами? Я думаю, с этой задачей можно успешно справиться с помощью доступных всем овощей и пророщенных зерен.

Тыква хорошо сохраняется даже в условиях городской квартиры; сейчас еще можно купить оранжевую дольку, похожую на улыбку. Помните, из чего сказочная фея сделала карету для Золушки? Нам тоже пригодится тыква: эта круглобокая красавица входит в состав многих вкусных и полезных блюд.

КАША ИЗ ТЫКВЫ

Очистите тыкву от кожицы, нарежьте кубиками и положите в кастрюлю. Залейте молоком так, чтобы оно только покрывало тыкву, положите сливочное масло и тушите до полуготовности. Добавьте предварительно замоченный изюм, горячую воду, соль, сахар и манную крупу. Варите, постоянно помешивая, до готовности. Некоторым это блюдо больше нравится с рисом или пшеном.

рите в молоке. Заменив тыкву морковью, вы сможете приготовить не менее вкусную "розовую" лапшу.

Свекла и морковка, пусть даже сморщившиеся к весне, как старички, таят в себе немало полезных веществ. Из них тоже можно приготовить что-нибудь неординарное!

ОВОЩНОЙ ТОРТ

добных "цветах" - весна все-таки...

Из пекинской капусты получается очень красивая хризантема. Срежьте верхнюю часть кочана. Листья нижней части аккуратно нарежьте полосками до кочерыжки, лишние удалите. Рыхлую желтоватую серединку осторожно уберите. Заострите ножом или ножницами концы "лепестков" цветка. Дайте хризантеме немного поплавать в миске с водой - она приобретет более изящную форму. Украсьте салат готовым цветком.

Лилии из лука являются не только съедобным украшением,

сохранять расстояние между прорезями неизменным. Посмотрите сбоку: в сечении должен получиться цветочек. Подкорректируйте форму его лепестков ножом и нарежьте корнеплод тонкими кружочками (цветочками). Их можно по желанию просто разложить на блюде или собрать в соцветия с помощью двусторонних зубочисток: один конец зубочистки втыкается в основу ("горбушка" из любого корнеплода), на другой надевается цветочек. Основу прикройте листьями салата,

пекинской капусты или зелень петрушки.

ЗЕРНА, ПРОСЫПАЙТЕСЬ!

Проросшие зерна и семена содержат огромное количество витаминов и других биологически активных веществ, поэтому блюда, приготовленные из них, очень полезны. В некоторых магазинах имеются в продаже проращенные зерна, но много дешевле и совсем нетрудно пробудить их от спячки самим. Сейчас в отделах диетического питания можно встретить зерна пшеницы, ячменя, овса, расфасованные в небольшие пакетики, - очень удобно. Годятся для проращивания цельные ядрышки горо-

лить. В трехлитровую банку насыпьте слой зерен, толщина которого около двух сантиметров, залейте холодной или слегка теплой водой и оставьте на ночь. Утром слейте воду, промойте зерна и накройте горлышко банки салфеткой. Промывайте зерна два раза в день, пока ростки по длине не сравняются с размером зерен. Теперь из них можно готовить различные блюда или есть так, "живьем". Неиспользованные сразу проросшие зерна неплохо сохраняются в холодильнике несколько дней.

Есть и другой способ проращивания зерен. На дно тарелки постелите льняную или хлопчатобумажную салфетку, разложите на ней тонким слоем промытые зерна и прикройте сверху второй салфеткой. Полейте небольшим количеством воды и следите за тем, чтобы салфетки не подсыхали, пока зерна не прорастут.

ПАШТЕТ ИЗ ПРОРОСШИХ ЗЕРЕН ПШЕНИЦЫ ИЛИ ЯЧМЕНЯ

Зерна немного подсушите, измельчите в домашнем комбайне. Добавьте мелко нарезанную зелень петрушки (можно сушеную) и раздавленный чеснок. Посолите по вкусу, заправьте растительным маслом. На 100 г проросших зерен требуется 25 г свежей петрушки и 15 г чеснока.

ПАШТЕТ ИЗ ПРОРОСШИХ ЗЕРЕН КУКУРУЗЫ

Зерна измельчите в мясорубке или домашнем комбайне, смешайте с

...крупу. Варите, постоянно помешивая, до готовности. Некоторым это блюдо больше нравится с рисом или пшеном.

САЛАТ ИЗ ТЫКВЫ И РЕДЬКИ

Натрите на крупной терке очищенные тыкву и редьку в равных долях. Добавьте молотые семена кориандра (из расчета одна столовая ложка семян на 500 г овощей), соль по вкусу. Заправьте растительным маслом. При желании редьку можно заменить морковью. В этом случае в салат хорошо добавить молотые семена укропа: пряности возбуждают аппетит и благоприятно влияют на пищеварение.

ЗАПЕЧЕННАЯ ТЫКВА

Это блюдо очень нравится детям. Нарежьте тыкву ломтиками и посыпьте сахарным песком (можно добавить корицу). Запеките в духовке или СВЧ-печке до мягкости.

ТЫКВЕННАЯ ЛАПША

Это красивое полезное блюдо - хорошая альтернатива покупным макаронам. Готовую домашнюю лапшу можно отварить сразу или высушить впрок. На 200 г тыквы понадобится 3 яйца, столовая ложка сливочного масла, столовая ложка сахарного песка, соль по вкусу. Измельченную отваренную в небольшом количестве воды и протертую через сито тыкву смешайте с остальными продуктами. Хорошо взбейте эту смесь, добавьте пшеничную муку и замесите крутое тесто. Раскатайте его в тонкие листы и нарежьте из них лапшу в виде длинных широких полос или квадратиков (если соединить два противоположных угла каждого квадратика, получатся "ушки"). Готовую лапшу отва-

Две вареные свеклы, две сырые моркови среднего размера и два яблока нашинкуйте на крупной терке. 100 г чернослива обдайте кипятком и мелко порежьте. Очистите и измельчите 10 грецких орехов. Раздавите или мелко нарежьте 2-3 зубчика чеснока. Смешайте сметану с майонезом в чашке.

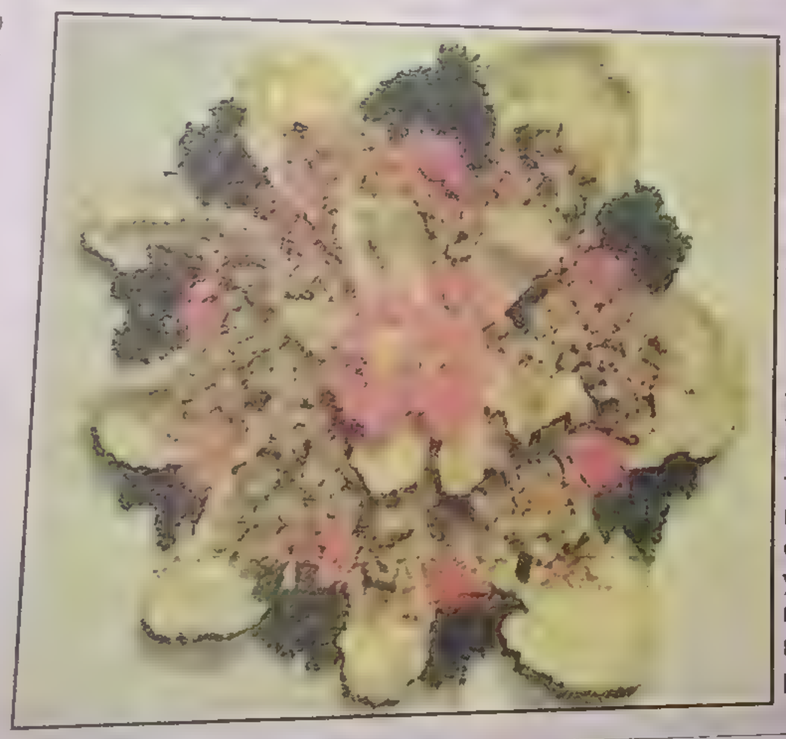
Подготовленные продукты уложите на тарелку слоями в такой последовательности: свекла, чеснок, майонез, чернослив, смесь сметаны с майонезом, орехи, морковь, яблоки, смесь сметаны с майонезом. Украсьте сверху орехами, зеленью, розами из вареных моркови и свеклы.

ЦВЕТЫ НА БЛЮДЕ

Известно, что красиво оформленное блюдо возбуждает аппетит. Чего только не напридумали кулинары в этой области! Но я хочу остановиться на съедобном украшении, расьте салат готовым цветком.

Лилии из лука являются не только съедобным украшением, но и посудой. А сделать их очень легко. Разрежьте крупную луковицу пополам, аккуратно разделите на кольца-чашечки и придайте их краям желаемую форму острыми ножницами.

Из моркови или редиса "Дайкон" нетрудно сделать мелкие цветочки. Очистите ровный близкий по форме к цилиндру корнеплод. Острым ножом сделайте по всей его длине неглубокий надрез, под небольшим углом к радиусу сечения. Отступите немного и сделайте еще один, встречный, надрез так, чтобы от корнеплода отделилась узкая длинная полоска. Повторите 5-6 раз, стараясь



совсем нетрудно пробудить их от спячки самим. Сейчас в отделах диетического питания можно встретить зерна пшеницы, ячменя, овса, расфасованные в небольшие пакетики, - очень удобно. Годятся для проращивания цельные ядрышки гороха: удивительно, какими мягкими они становятся, точно только с грядки! Труднее купить кукурузу, зерна которой дают мощные ростки.

Для проращивания зерна хорошо промойте. Те, что остались плавать на поверхности, скорее всего - мертвые, их лучше уда-

равьте растительным маслом. На 100 г проросших зерен требуется 25 г свежей петрушки и 15 г чеснока.

ПАШТЕТ ИЗ ПРОРОСШИХ ЗЕРЕН КУКУРУЗЫ

Зерна измельчите в мясорубке или домашнем комбайне, смешайте с сухой молотой зеленью майорана или эстрагона, посолите, заправьте растительным маслом. Чтобы паштет получился более пышным, готовую смесь можно взбить.

САЛАТ ИЗ ПРОРОСШИХ ЗЕРЕН ПШЕНИЦЫ

Мелко нарежьте репчатый лук, зелень петрушки (можно использовать сушеную). Смешайте с проросшими зернами (на 50 г лука нужно 150 г пшеницы), посолите, заправьте растительным маслом и перемешайте.

Наталия РАЗЛУЦКАЯ.

ПЕЛЬМЕНИ ИЗ РЕДЬКИ, КОТЛЕТЫ ИЗ БОБОВ

Для котлет на пол-литровую банку бобов возьмите яйцо, лук, чеснок, соль, перец по вкусу.

Бобы замочите на ночь или с утра, если готовить к ужину. Затем снимите с бобов кожицу, для удобства можно разрезать их пополам. Очищенные бобы пропустите через мясорубку вместе с луком и чесноком. Добавьте сырое яйцо, черный перец, соль. Из полученной массы слепите котлеты, обваляйте их в сухарях и поджарьте на растительном масле.

По вкусу не уступают мясным.

Теперь пельмени. Вымойте редьку, почистите, натрите на терке. Сок отожмите. В редьку добавьте измельченную луковицу, разведите фарш сметаной, посолите. Тесто обычное пельменное. Слепите, как обычные пельмени, отварите и подавайте со сметаной.

Мария АЛФЁРОВА.
д. Клоктухино
Курганской области.

ПОЖИРНЕЙ И ПОГУЩЕ

О том, что взбитые сливки - это вкусно, никто не спорит. А вот можно ли их целиком извлечь из баллона - это еще вопрос. Журнал "Спрос" проверил на этот предмет шесть наименований воздушного лакомства. Заодно выяснялось, сколько сливок в баллоне и как быстро они оседают, будучи поданными на стол.

Не всегда есть необходимость использовать всю упаковку сливок целиком.

В этом случае остатки убирают в холодильник до лучших времен. Но можно ли быть уверенным, что, достав начатый баллон из холодильника, удастся полностью выдавить то, что в нем осталось?

Прежде чем приступить к последнему опыту, каждый из баллонов открыли и удалили часть содержимого. Затем все баллоны поставили в холодильник. Три из них достали на вторые сутки, а еще три - на шестые.

Итог таков: баллоны, простоявшие в холодильнике сутки, "отдали" сливки почти полностью, а вот из тех, что "томились" пять дней, не удалось выжать практически ничего. Упаковка сливок **May** оказалась не слишком надежной. В процессе испытаний у трех (!) баллончиков ломался носик. После такой поломки извлечь сливки из упаковки весьма проблематично.

Выводы теста

Лучшим образцом теста признаны сливки **Бриделис**. Они достаточно стойкие, и даже из открытой упаковки удается извлечь самое большое количество.

В баллончике **Milram** сливок много, но отменной стойкостью они не обладают, несмотря на высокую (30 процентов) жирность.

Наиболее стойкие из испытанных - сливки **May**, но носик у их баллонов очень непрочный. Эти сливки лучше использовать за один раз. В дальнейшем извлечь их из упаковки практически невозможно.

Сливки **Alpenland** и **President** стоят недешево, а вот стойкость у этих сливок лишь удовлетворительная.

Самые нестойкие сливки - **Meggle**, зато они полностью извлекаются из баллона.

Пользуясь баллоном, строго следуйте помещенной на нем инструкции - это повышает шансы полностью извлечь содержимое из баллончика.

Ни в коем случае не замораживайте сливки. Их следует хранить не в морозильной камере, а в холодильнике при температуре +4 градуса С.

Начатый баллон убирайте в холодильник.

Украшать десерты лучше более жирными сливками. Но если под рукой оказались сливки 20-процентной жирности, наносите их на торт или другое изделие непосредственно перед подачей на стол, иначе они могут опасть раньше, чем гости сядут за стол.

Украшенный десерт храните в холодильнике: при комнатной *температуре взбитые сливки отделяют молочную сыворотку.*

Старайтесь не оставлять надолго открытую упаковку со взбитыми сливками. Чем больше проходит времени с момента ее открытия, тем сложнее извлечь сливки целиком

Для начала поставили нехитрый опыт: выдавили из всех шести баллончиков одинаковое количество сливок в креманки и засекли время.

Через пять минут все сливки немного осели, но даже через такой короткий срок было видно, что лучше держатся те, у которых выше жирность.

Со временем разница в падении сливочных горок увеличивалась и выявлялись "лидеры" и "аутсайдеры". Через пятнадцать минут, а тем более через полчаса невооруженным глазом было видно, что самые стойкие - сливки **May**: они невоздушны, плотно ложатся в креманку и хорошо сохраняют узор. Неплохо держат узор воздушные сливки **Бриделис**. А вот сливки **Meggle** садятся в момент.

В ходе второго опыта определялось фактическое количество сливок в баллонах, которое поддается выдавливанию. Хорошенько встряхнув баллон, его полностью опорожняли на листы цветной бумаги. Затем сравнивалась длина сливочных "дорожек", оставленных разными баллонами.

*Победители теста в этой номинации - **Бриделис** и **Milram**. В остальных образцах сливок оказалось меньше, но радует, что из всех баллонов удалось выжать практически все, что там было.*

...бедители теста в этой номинации - **Бриделис** и **Milram**. В остальных образцах сливок оказалось меньше, но радует, что из всех баллонов удалось выжать практически все, что там было.

В этом случае остатки убирают в холодильник до лучших времен. Но можно ли быть уверенным, что, достав начатый баллон из холодильника, удаст-

Выводы теста

Лучшим образцом теста признаны сливки **Бриделис**. Они достаточно стойкие, и даже из открытой упаковки удается извлечь самое большое количество.

В баллончике **Milram** сливок много, но отменной стойкостью

...**sident** стоят подешевле, а вот стойкость у этих сливок лишь удовлетворительная.

Самые нестойкие сливки - **Meggle**, зато они полностью извлекаются из баллона.

Пользуясь баллоном, строго следуйте помещенной на нем инструкции - это повышает шан-

...сливки отделяют молочную сыворотку.

Старайтесь не оставлять надолго открытую упаковку со взбитыми сливками. Чем больше проходит времени с момента ее открытия, тем сложнее извлечь сливки целиком.

ЗАО "Новые телефонные услуги", г. Москва

Стационарный ТЕЛЕФОН для сельского ДОМА и ДАЧИ

тел. (095) 362-64-31, 362-64-36

Москвичка Елена Серебрякова рассказала нам самую обычную историю, которую могли бы поведать не только многие москвичи, но и жители других городов замерзающей России. "Всю зиму батареи чуть теплые. Не беда, если температура на улице не опускается ниже нуля. А вот когда грянули морозы, в квартире стало холодно - не более 12 градусов. Мы натянули на себя все шерстяные вещи. Дети делали уроки в шапках.

На обращение в жилищно-эксплуатационную контору пришла комиссия во главе с крикливой дамой. Они даже не потрогали батареи, зато посоветовали "получше" утеплить окна и двери. На второе обращение просто ответили по телефону, что, мол, "напора нет". Как прекратить эти издевательства и что сделать, чтобы у них появился "напор"?"

БАТАРЕИ НЕ ГРЕЮТ, А ЖЭКУ "ДО ЛАМПОЧКИ"

Мы посоветовались по этому поводу с известным юристом, адвокатом **Кириллом ДОБРОДЕЕВЫМ**. И вот что он порекомендовал. Если жилищно-эксплуатационная организация (ЖЭО) не реагирует на ваши устные жалобы, то следует перейти на общение в письменной форме. Эта организация не просто подает в наши дома тепло и воду, а выполняет свои обязательства по договору оказания коммунальных услуг и ваши отношения с ЖЭО регулируются Законом "О защите прав потребителя". То, что жильцы не заключали с ЖЭО письменного договора, значения не имеет. Пользуясь услугами и оплачивая их, жильцы вступили в договорные отношения фактически.

Все платные услуги должны соответствовать стандартам и нормативам. Для теплоснабжения эти нормативы установлены "Правилами предоставления коммунальных услуг", утвержденными постановлением правительства РФ № 1099 от 26.09.94 г., строительными нормативами СНиП 2-08-01-89, нормативными актами муниципальных властей (в столице - распоряжением премьера правительства Москвы № 1056-РП от 31.10.96 г.).

По правилам температура воздуха в жилых комнатах должна быть не менее +18° С, а в угловых комнатах +20°С. При этом жильцы, естественно, должны провести элементарные мероприятия по утеплению окон и входной двери. Температура воздуха измеряется на внутренней стене на высоте 1,5 метра от пола и на расстоянии 1 метра от наружной стены. Если температура в комнатах окажется ниже нормативных значений, следует составить акт. Измерения и составление акта проводят в присутствии представителя ЖЭО, представителя общественности дома или подъезда и самого жильца. Если представителей ЖЭО не удалось заманить в замерзшую квартиру, то акт можно составить и без них, но указать на причины отсутствия сотрудника коммунальных служб. Теперь надо писать претензию в ЖЭО. Укажите в ней суть дела и потребуйте в разумный срок привести коммунальную услугу в соответствие с нормативами. В обоснование своих требований сошлитесь на ст. 4 и ст. 20-30 Закона "О защите прав потребителей". Приложите к претензии акт.

Если это не поможет, обратитесь в суд по месту жительства с иском о принуждении ЖЭО к исполнению обязательства и взыскании компенсации за моральный ущерб. Сумму морального ущерба надо обосновать. Для этого подсчитайте, во что обошлись болезни ваши и детей, дополнительный обогрев квартиры и нравственные страдания озябших членов семьи. Копию искового заявления пошлите начальнику ЖЭО. Если и после этого у него не возникнет "напор" в нужном месте, то придется решать вопрос о его служебном соответствии. Для этого, в частности, в городских и районных властях есть структура жилищной инспекции.

Алексей МЯСНИКОВ.

Полоса подготовлена при участии экспертов журнала "Спрос"

ПРОПАЛА ПРЕМИЯ

Муж работал на строительстве объекта с 1985 года до декабря 2001-го, и всем участвующим в проекте обещали премию. В июне 2002 года муж уволился по собственному желанию и премию не получил, так как ее выплатили после его увольнения. Может ли он потребовать получения премии от руководства.

Ольга БЕСЕДИНА.
Московская область.

К сожалению, ваш муж уволился по собственному желанию и потерял право на получение премии. Сотрудникам выплачиваются премии за успешное выполнение работ по усмотрению руководства организации.

Юристы кафедры "Правовые основы экономики" МГТУ "СТАНКИН".

В Софии прошел международный семинар по проблемам популяризации медицинских знаний среди населения стран Европы. Медики пришли к выводу, что им надо чаще делиться знаниями, которыми они обладают. Большинство людей мало знают о своем здоровье, еще меньшее число интересуются им вообще. Этот упрек относится в первую очередь к мужчинам, "сильному" полу рода человеческого. Такие уж мы сильные?

ПОСТАРАЙТЕСЬ ЖИТЬ, КАК ЖЕНЩИНЫ!

Женщинам, видимо, известно нечто такое, о чем не знают мужчины. В среднем женщины любой расы живут на 7 лет дольше мужчин. Сегодня численное превосходство женщин наблюдается во всем мире. Преимущества наличия эстрогенов в женском организме и недостатки, связанные с циркуляцией тестостерона у мужчин, могут объяснить это несоответствие лишь частично.

Тем не менее, по статистике, мальчиков рождается больше, чем девочек (это соотношение - 115:100). Практически сразу после рождения соотношение меняется, принимая вид 105:100, через 30 лет практически выравнивается, затем женщины начинают преобладать: к 80 годам на 100 женщин приходится всего лишь 50 мужчин.

А вот другая информация к размышлению. По всем основным причинам смерти, о которых уже шла речь (сердечно-сосудистые заболевания, рак, несчастные случаи, заболевания органов дыхания, сахарный диабет, самоубийства, болезни печени), смертность среди мужчин в 2 раза превышает таковую среди женщин.

По данным статистики, после бомбардировок Лондона во время Второй мировой войны число мужчин, получивших психические расстройства, было на 70 процентов больше, чем женщин.

Мужчины в 3 раза чаще женщин гибнут в результате убийства.

Мужчины курят, пьют спиртное и подвергают свою жизнь риску гораздо чаще, чем женщины.

Мужчины гораздо чаще садятся за руль автомобиля в нетрезвом состоянии, что ведет к авариям, и гибнут в 2 раза чаще в автомобильных катастрофах.

Женщины в 2 раза чаще мужчин страдают депрессией, а мужчины в 2 раза чаще женщин болеют шизофренией.

За мужчинами "охотятся" такие болезни, которые к женщинам никогда "не прилипают". У них, к примеру, очень уязвима предстательная железа, которую медики советуют проверять раз в год мужчинам старше 40 лет.

В структуре онкологических заболеваний у мужчин рак простаты находится на втором месте после рака легких. На ранних стадиях этого заболевания практически нет никаких специфических симптомов. Основной метод диагностики - пальцевое исследование через прямую кишку (ректально). Однако сейчас появился новый анализ крови на простатический карциоэмбриональный антиген (КЭА), который позволяет выявить заболевание на ранней стадии развития. Ежегодно, начиная с 40 лет, надо проходить этот анализ и ректальное обследование. Надо!

Вот если бы врачи сказали это женщинам, то 70 процентов из них обязательно прошли бы обследование. Однако лишь 15 процентов мужчин только согласны с советами медиков, но следуют им на практике лишь 10-11 процентов из опрошенных медиками мужчин старше 40 лет.

У мужчин есть и другие слабые места. Например, привычка копаться в прошлом. Они не любят выбрасывать старый багаж плохих воспоминаний и страдают из-за этого тоже.

Вы не могли в детстве открыто выразить несогласие с собственной матерью? Вы считаете, что в свое время упустили свой шанс? Не привели весьма серьезный аргумент в споре с супругой? И теперь жалеете об этом? Все это - "старый багаж", психологический груз, который давно пора выбросить. Ведь довольно часто нерешенные психологические проблемы приводят к приобретению вредных привычек. Эксперты обратили внимание на то, что большинство мужчин, зависящих от алкоголя, лекарственных препаратов, постоянно жующих или имеющих другие вредные привычки, защищаются таким образом от груза воспоминаний.

Помогает спастись от тяжелых мыслей и определенный стиль поведения. Человек, не уверенный в своих силах, пытается компенсировать это зарабатыванием денег. Трудоголик находит спасение в работе, если у него не складываются нормальные отношения с окружающими людьми или интимная жизнь. Невезучий старается доказать всем, и себе в том числе, что он может быть победителем.

Чтобы не тратить на все это годы жизни, необходимо научиться распознавать чувства, от которых лучше избавиться. Это чувство вины, утрата самоуважения, ревность и подозрительность, беспомощность, нерешительность и страх.

В Институте онкологических заболеваний университета в Питсбурге установили отрицательное влияние на организм подобных мыслей. Две группы онкологических больных (мужчин) подвергли разным способам лечения - одну группу лечили обычным способом, другая же проходила курс психологического воздействия, основанного на поддержании оптимизма. У больных второй группы наблюдалось увеличение количества естественных киллеров, которые защищают организм от образования раковой опухоли. Естественные киллеры - одна из групп клеток иммунной системы, убивающих чужеродные клетки, попадающие в кровоток человека.

Александр КУРБАТОВ.

Вашу квартиру еще не грабили? Если нет, то наши поздравления. Но это не значит, что вы застрахованы от ограблений до конца жизни и против них не надо принимать превентивных мер. Милиции известна масса способов грабежа. Но наиболее часто используются пять из них. Изучите их внимательно и постоянно помните об этом. Ведь недаром говорят: кто предупрежден, тот защищен.

ЗВОНЯТ! НЕ ОТКРЫВАЙТЕ ДВЕРЬ

Способ первый. Воры каким-то образом узнали имя одного из членов семьи. Затем, купив букетик цветов и облачившись в выходные костюмы, они являются по адресу намеченной жертвы. Позвонив в дверь и спросив, скажем, Колю, они искренне удивляются его отсутствию. Потом под предлогом передачи Коле денег или какой-либо "его" вещи просят впустить их внутрь. В результате потерявшие бдительность граждане теряют свое имущество.

Способ второй. К этому приему чаще всего прибегают цыгане. Используют его для грабежа людей пожилого возраста, в основном одиноких пенсионеров. Приходит молодая женщина и говорит, что она по поводу социальных выплат. И доверчивые старушки, как правило, не задумываясь, впускают гостью.

Способ третий. Уголовники нанимают молодую сообщницу, приводят ее в подъезд дома, где находится намеченная для ограбления квартира. После этого "подругу" инструктируют, одевают во что-нибудь домашнее и отправляют на задание. Девушка нажимает на кнопку звонка, представляется соседкой, и успокоенные домашним платьем и тапочками жильцы открывают двери.

Мужчины в 3 раза чаще женщин гибнут в результате убийства.

Мужчины курят, пьют спиртное и подвергают свою жизнь риску гораздо чаще, чем женщины.

Мужчины гораздо чаще садятся за руль автомобиля в нетрезвом состоянии, что ведет к авариям, и гибнут в 2 раза чаще в автомобильных катастрофах.

Женщины в 2 раза чаще мужчин

У мужчин есть и другие слабые места. Например, привычка копаться в прошлом. Они не любят выбрасывать старый багаж плохих воспоминаний и страдают из-за этого тоже.

Вы не могли в детстве открыто выразить несогласие с собственной матерью? Вы считаете, что в свое время упустили свой шанс? Не привели весьма серьезный аргумент в споре с супругой? И теперь жалеете об этом? Все это -

группу лечили обычным способом, другая же проходила курс психологического воздействия, основанного на поддержании оптимизма. У больных второй группы наблюдалось увеличение количества естественных киллеров, которые защищают организм от образования раковой опухоли. Естественные киллеры - одна из групп клеток иммунной системы, убивающих чужеродные клетки, попадающие в кровоток человека.

Александр КУРБАТОВ.

впускают гостью.

Способ третий. Уголовники нашли молодую сообщницу, приводят ее в подъезд дома, где находится намеченная для ограбления квартира. После этого "подругу" инструктируют, одевают во что-нибудь домашнее и отправляют на задание. Девушка нажимает на кнопку звонка, представляется соседкой, и успокоенные домашним платьем и тапочками жильцы открывают двери.

Способ четвертый. Этот метод, пожалуй, самый хитроумный. Грабители читают в газете объявление о продаже личных вещей, звонят по указанному телефону и предлагают встретиться, чтобы посмотреть товар. Приезжают, оценивают обстановку квартиры, состоятельность ее хозяина и назначают новую встречу. В день встречи вместо "покупателя" приходят несколько громил, "вырубают" хозяина и выносят все, что можно вынести.

Способ пятый. Он основан на уверенности хозяина в неприступности своего дома. Впрочем, основания у него для этого имеются: установлена охранная сигнализация, на окнах - надежные решетки, входная дверь - из стали. Одним словом - не дом, а бронированная крепость. Утром человек просыпается, умывается, завтракает и уходит на работу или по делам. Возвращается, открывает стальную дверь, а там его уже ждут пятеро вооруженных бандитов, которые приковывают хозяина наручниками к батарее и выносят все, что понравилось. Дело в том, что сегодняшние системы охранной сигнализации легко отключаются. Да и в милиции у воров могут знакомые работать.

Какие меры предосторожности необходимо соблюдать? Прежде всего познакомьтесь со своими соседями и поддерживайте с ними связь. В случае чего они могут прийти на помощь. Не открывайте дверь незнакомым людям. Если вы занимаетесь бизнесом, проверяйте своих потенциальных клиентов и партнеров - встречаться с ними желательно вне квартиры.

Владимир ГУРЬЕВ.

У хорошего библиофила всегда нужная книга под рукой. А чтобы домашняя библиотека жила дольше, о ней нужно заботиться, как о пище духовной. Ведь книги не только с нами будут всю жизнь, но и детям нашим, внукам останутся как самое лучшее и памятное наследство.

А как часто приходится видеть: кто-то для удобства чтения перегнул книгу, другой загнул страницу, третий и вовсе оторвал кусок листа, чтобы записать нужный телефон. При таком отношении книга скоро истреплется, придет в негодность.

Книжные полки, стеллажи, шкафы проветривайте время от времени - книги любят воздух. А вот пыли и влаги не терпят, поэтому во время генеральной уборки снимите их с полок, протрите сухой мягкой тряпкой или обработайте пылесосом. Оборудовать полки или стеллажи лучше в затененной части комнаты - солнечные лучи обесцвечивают обложки. К тому же от прямого солнечного света книги выгорают, бумага и переплет пересыхают и трескаются. Нельзя ставить книги вблизи отопительных приборов. Отрицательно влияют на книги и сырость, содержание их в неотапливаемом помещении.

Если обложки загрязнились, их можно протереть ватным тампоном, смоченным нашатырным спиртом, просушить и вытереть мягкой тряпкой. Кожаные обложки можно почистить тряпочкой, смоченной водой и слегка намыленной. Когда высохнут, их тоже следует протереть сухой мягкой тряпкой.

Книгам поможет и домашняя "химчистка". Свежие жирные пятна можно удалить, прогладив страницу утюгом через промокательную бумагу. Для удаления застарелых пятен замесите толченый мел или зубной порошок на бензине, нанесите густую кашицу на загрязнение, дайте высохнуть, а затем очистите сухой мягкой тряпочкой.

Следы от пальцев и карандашные пометки легко удаляются мякишем свежего хлеба. Следы от мух - уксусом. Чернильные пятна можно вывести лимонной кислотой. Ледериновую обложку книги протирайте влажным тампоном, нанеся на него немного стирального порошка. Коленкоровую обложку хорошо очистит чернильная резинка.

Сильно вредят книге насекомые: книгоеды, моль, точильщик. Прежде всего нормализуйте влажность воздуха (не выше 55-60 процентов). Книги изолируйте от продуктов. Если есть зараженные книги, поставьте их на обрезы, раскрыв веерообразно, в плотно закрывающийся ящик с препаратом "Антимоль". При температуре 25-27 градусов подержите их там 7-10 дней. Затем обработайте книжные стеллажи. Прежде чем поставить книги обратно, проветрите их. Наружную поверхность книжных шкафов, стеллажей можно освежить, используя специальные препараты бытовой химии. Стекла в книжных шкафах протрите мягкой тряпкой.

Выпавшую страницу нетрудно вклеить, намазав клей узкой полоской и вложив ее так, чтобы она пришлась точно по обрезу книги. Разорванную страницу подклеивают прозрачной бумагой, чтобы рисунок или текст были видны. Если оторван уголок, надо подобрать кусочек подходящей бумаги и подклеить, выровняв страницу. Во всех работах с книгами пользуйтесь крахмальным клейстером, так как конторский клей оставляет на бумаге пятна и деформирует ее.

Анатолий САФОНОВ.

ТВОРОГ - НА ЗАВТРАК, САЛАТ - НА ОБЕД

Как правило, большинство проблем со здоровьем собаки возникает именно из-за ошибок в кормлении. А ведь основные правила несложны, и их нетрудно выполнить. Прежде всего помните, что организм собаки отличается от нашего. С одной стороны, собаки, как и мы, люди, - млекопитающие, и система пищеварения у них устроена аналогично нашей. Однако мы относимся ко всеядным, а собаки - к хищникам. У них более объемный желудок, несколько иной состав пищеварительных соков, более короткий кишечник. Собаки гораздо лучше усваивают не вареные, а сырые продукты.

Как правильно кормить собаку

Сначала о том, что не следует предлагать вашему питомцу.

- Сладости (конфеты, торты, пирожные), а также другие продукты, содержащие рафинированный сахар. Потребности организма в глюкозе могут быть полностью удовлетворены за счет фруктов и небольшого количества меда.

- Копчености, острые соусы. От этого у собаки может начаться гастрит или гастроэнтерит.

- Жирную пищу, свинину. Они слишком тяжелы для печени собак.

- Куриные и кроличьи трубчатые кости. Острые осколки костей могут повредить кишечник.

- Макаронные и хлебобулочные изделия. Активное брожение может привести к завороту кишок.

- Вареную или жареную картошку. Она проходит через пищеварительный тракт транзитом. Кусочек сырой картошки можно предложить с руки: возьмет - хорошо, нет - не надо.

- Любые пряности, специи и ароматические вещества, даже содержащиеся в обыкновенном печенье, могут стать причиной ухудшения обоняния.

- Большое количество соли.

положите в морозильную камеру - это позволит вам иметь запас мяса и несколько упростит процедуру кормления: в день кормления порция легко размораживается.

Субпродукты - печень, легкие, рубцы, трахеи, почки, уши, пашина и т. п. - имеют в 1,5-2 раза меньшую питательность, чем мясо, но очень полезны.

Сырая говяжья печень богата витаминами, но ее необходимо осмотреть, убедиться в отсутствии личинок гельминтов и хорошо промыть. Но лучше не давать печень в сыром виде, а мелко порезать и обдать кипятком.

можно использовать как лакомство для поощрения щенка. Для нормализации микрофлоры желудка и кишечника в рацион желательно включать кефир или простоквашу и небольшое количество (0,5-1 г) сухих пивных дрожжей.

Из злаков можно давать овсяные хлопья - геркулес. Их заливают свежим мясным бульоном или процеженным овощным отваром за несколько часов до еды, можно непосредственно перед едой. Но не злоупотребляйте геркулесом, иначе это может привести к воспалению анальных желез. Можно аналогичным образом запа-

Фрукты и ягоды можно давать и самостоятельно в промежутке между основными кормлениями как лакомство. Многие собаки их очень любят и едят с удовольствием. Полезно угостить иногда своего любимца кусочком груши, несколькими ягодами клубники или малины.

Из фруктов больше всего подходят яблоки. В них содержатся калий, медь, железо, витамины С, РР, органические кислоты. Они очень полезны для кормления щенков, щенных и кормящих сук, старых собак с нарушенным обменом веществ, склонных к расстройствам пищеварения, выздоравливающих

полезна собакам, склонным к запорам. Она улучшает обменные процессы и прекрасно очищает организм от токсинов. Полезно периодически включать в рацион спелые измельченные помидоры. Они предотвращают образование зубного камня, способствуют активизации обмена веществ, угнетают гнилостные процессы в кишечнике и укрепляют сердечно-сосудистую систему.

Давая овощи, необходимо помнить, что почти все они оказывают легкое послабляющее действие, поэтому нужно следить за тем, как организм

можно предложить с руки: возьмет - хорошо, нет - не надо.

Любые пряности, специи и ароматические вещества, даже содержащиеся в обыкновенном печенье, могут стать причиной ухудшения обоняния.

- Большое количество соли - яд для собаки (как и для нас с вами). Поэтому корм нужно лишь слегка подсаливать.

- Вареные кости. Они только засоряют желудок и приводят к запорам.

А теперь о тех продуктах, которые должны составить основной рацион вашей собаки.

Сырое мясо - самый важный продукт как в рационе щенка, так и взрослой собаки. Месячный щенок должен в сутки получать не менее 100 г мелко нарезанной, а не провернутой говядины. Фарш проходит через кишечник собаки, не успев перевариться. Не следует давать собаке жирное мясо. До трех месяцев щенку не рекомендуется и жилистое мясо. Позднее не нужно опасаться, если мясо жилистое и в нем много пленок. Это полезно для щенка, заставляет работать его желудок. Да и размеры кусочков нужно увеличить до 2-3 см.

Отдельно о том, какое мясо давать, и о костях. Лучше всего использовать говядину, можно конину или баранину (иногда), за исключением жирного мяса и телятины (щенков до года от нее слабит). Полностью из рациона исключается свинина. Желательно, чтобы мясо имело небольшую хрящевую косточку (ребро, лопатку) или хрящик. Такие кости содержат необходимые минеральные вещества и доставят щенку огромную радость. Собаку можно кормить курицей и другой птицей, но трубчатые кости надо предварительно удалить. Шейки птиц опасности не представляют. Чтобы мясо не испортилось, сразу после покупки разделите его на суточные порции и

раза меньшую питательность, чем мясо, но очень полезны.

Сырая говяжья печень богата витаминами, но ее необходимо осмотреть, убедиться в отсутствии личинок гельминтов и хорошо промыть. Но лучше не давать печень в сыром виде, а мелко порезать и обдать кипятком.

Вымя содержит мало белков и является диетическим продуктом (если оно нежирное).

В рацион как подрастающему щенку, так и взрослой собаке можно ввести пашину, которая соединяет в себе мясо, жилки, хрящи и относится к недорогим сортам мяса.

Полная замена мяса субпродуктами недопустима, особенно для щенков.

Рыбу (только морскую) можно давать 2-3 раза в неделю, заменяя мясо. При кормлении маленького щенка предварительно выньте крупные кости. Речной рыбой лучше не кормить, она, как правило, заражена гельминтами. По весу порция рыбы должна быть в 1,5 раза больше порции мяса. Практикуемая иногда почти полная замена мяса рыбой недопустима.

Следует предостеречь начинающих собаководов от частого применения в рационе собаки, и особенно щенка, сырого яичного белка: он содержит вещество авидин, разрушающее витамин B_5. Авитаминоз по биотину - основная причина нарушения линьки, дерматитов у собак. В тяжелых случаях возможно полное выпадение шерсти. Можно давать белок в вареном виде или сырой желток. Но включать яйца в рацион собаки более 1-2 раз в неделю не следует.

Кефир (кроме фруктового), творог и сыр хорошо усваиваются организмом собаки.

Творог щенок должен получать с детства, и обычно собаки любят его.

Все собаки любят сыр. Мелко нарезанные кусочки сыра

Из злаков можно давать овсяные хлопья - геркулес. Их заливают свежим мясным бульоном или процеженным овощным отваром за несколько часов до еды, можно непосредственно перед едой. Но не злоупотребляйте геркулесом, иначе это может привести к воспалению анальных желез. Можно аналогичным образом запаривать гречневую крупу. Для щенка до 2 месяцев гречку и геркулес лучше смолоть в кофемолке.

Хорошо использовать в кормлении собаки рис, пшено, кукурузную крупу. В небольшом количестве можно применять пшеничные отруби. Помните, что собаки почти не усваивают перловую крупу.

Обогатить рацион витаминами и микроэлементами, сделать его более полноценным и здоровым помогут овощи, фрукты и зелень, которые, к сожалению, многими владельцами собак недооцениваются.

А между тем дары садов и огородов являются основным источником углеводов, многих витаминов и минеральных веществ, клетчатки, необходимых для нормальной жизнедеятельности организма.

К овощам щенка следует приучать постепенно, давая их в сыром виде, натертыми и заправленными растительным маслом (предпочтительнее оливковым, в этом случае лучше усваиваются витамины, в частности жирорастворимый витамин А) или сметаной, и поначалу добавлять их (например, тертую морковь) в небольшом количестве в творог или мясо. В очередное кормление, когда щенку положено давать салат, в него, наоборот, добавляют немного творога или мяса, постепенно их доля при скармливании салата уменьшается, а доля овощей увеличивается.

В суточном кормовом рационе собаки фрукты и овощи могут составлять до половины объема пищи. Давать их нужно в смеси с другими продуктами.

ягодами клубники или малины.

Из фруктов больше всего подходят яблоки. В них содержатся калий, медь, железо, витамины С, РР, органические кислоты. Они очень полезны для кормления щенков, щенных и кормящих сук, старых собак с нарушенным обменом веществ, склонных к расстройствам пищеварения, выздоравливающих после отравлений и имеющих лишнюю массу.

Овощи являются сильным стимулятором выделения желудочного сока, и их употребление способствует более полному перевариванию и усвоению в организме белков, жиров, углеводов и витаминов, содержащихся в других пищевых продуктах. Наиболее подходящими для кормления собак являются морковь, свекла, тыква и кабачки.

Чаще всего из этих овощей собаководы включают в корм своих питомцев морковь. Почти рекордсмен среди овощей по содержанию микроэлементов свекла. Тыква очень

ствуют активизации обмена веществ, угнетают гнилостные процессы в кишечнике и укрепляют сердечно-сосудистую систему.

Давая овощи, необходимо помнить, что почти все они оказывают легкое послабляющее действие, поэтому нужно следить за тем, как организм животного реагирует на них, и в соответствии с реакцией индивидуально подбирать количество овощей в рационе.

Обычно хорошо едят овощи те собаки, которых приучили к этому с раннего возраста. Поэтому владельцы щенков не должны забывать о необходимости включать в корм растительные продукты.

Другие аспекты кормления собак мы рассмотрим в следующем выпуске "Живого уголка".

Екатерина СЕНАШЕНКО, эксперт Российской кинологической федерации.

У нашей собаки насморк. Какие лекарства можно ей давать?

Людмила ОБРУЧЕВА. Казань.

КАПЛИ В НОС

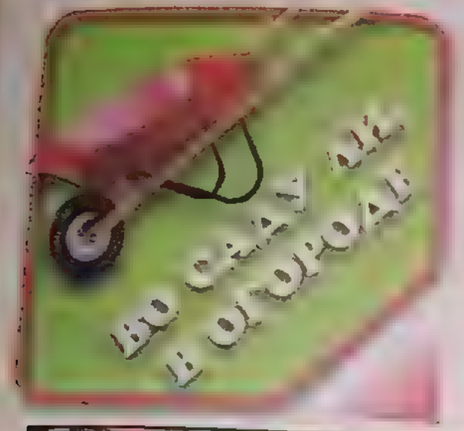
Насморк у собаки можно лечить теми же препаратами, которые прописывают людям. Только разводить их надо в пропорции 1:3 (одна часть лекарства на три части воды или физраствора). Вводить препарат в ноздри собаке лучше не пипеткой, а шприцем без иглы - так он попадет глубже.

Полезны также ингаляции дегтем или скипидаром. На литр кипятка добавьте ложку дегтя или скипидара, вылейте раствор в бидон или банку, наденьте на горловину "рукав" из полиэтилена и, поднеся другой конец "рукава" к морде собаки, заставьте ее подышать паром хотя бы несколько минут.

Можно промывать нос слабым солевым раствором (на стакан теплой воды треть чайной ложки соли и щепотка питьевой соды). Раствор также лучше вводить шприцем без иглы.

Только учтите, что насморк очень часто является одним из первых признаков чумки (чумы плотоядных). Поэтому тщательно измеряйте температуру собаке. А лучше, конечно, перестрахуйтесь и сдайте фекалии собаки на анализ в ветеринарную клинику, чтобы быть уверенным - есть чумка или нет.

Людмила АЛЕКСЕЕВА, ветеринарный врач.



Титония круглолистная вряд ли удивит необычной формой цветов или их окраской. Это однолетнее растение из семейства сложноцветных. Растет в виде раскидистых кустов высотой 100-120 см. Цветки титонии обычные для представителей этого семейства. Проще говоря, они похожи на оранжевые ромашки диаметром 5-7 см. С обратной стороны лепестки окрашены в желтый цвет.

В целом растение достаточно неприхотливое. Оно устойчиво к жаркой погоде и в то же время может противостоять сильному дождю с ветром. Цветы долго не увядают, к тому же они могут быть использованы для срезки.

Однако есть у титонии один недостаток. Ее кусты вырастают пышными и раскидистыми, но при этом создается впечатление, что зеленой массы намного больше, чем цветов. Хотя кому-то эта особенность, наоборот, покажется вполне приемлемой.

Для более быстрого начала цветения титонию рекомендуется выращивать рассадным способом. Молодые растения высаживают в конце мая на расстоянии 20-30 см друг от друга. В этом случае цветение начнется в середине июля.

ПАПОРОТНИК В ГОРШКЕ

Папоротник нефролепис из-за своей выносливости особенно популярен у цветоводов. При правильном уходе он живет многие годы.

Его светло-зеленые длиной до 1 метра перистые листья замечательно выглядят в висячих корзинках, просто на шкафу или на полке. Группируя папоротник с другими растениями, не ставьте их слишком тесно. Его листья очень хрупкие и легко ломаются. Для хорошего развития им нужно много места. Папоротники удачно сочетаются с бромелиевыми, так как у них сходные требования к освещению, влажности воздуха и уходу.

Основной уход за нефролеписом состоит в поливе, опрыскивании и подкормке коровяком или специальными минеральными удобрениями для комнатных цветов каждые две недели поочередно.

Чтобы нефролепис не остановился в росте в зимние месяцы, поддерживайте температуру 20-24 градуса и поливайте, не допуская пересушки земляного кома. От этого листья начинают интенсивно отмирать.

Такой же эффект может получиться, если вы разместите папоротник возле батареи центрального отопления. Переувлажнять нефролепис тоже не следует, так как это грозит загниванием корней.

К составу почвы нефролепис не требователен. Вы можете воспользоваться готовой смесью, купив ее в цветочном магазине, либо составить из торфа, перегноя и листовой земли в равных пропорциях.

В процессе роста нефролепис образует большое количество плетей, которые без надлежащей заботы обычно засыхают. Вы можете использовать их для размножения. Для этого поставьте рядом с нефролеписом небольшой горшок с почвой и присыпьте в нем плети землей. После укоренения и образования молодых растений, имеющих по 3 листа, отделите их и рассадите в небольшие горшки для доращивания. Кроме этого способа особо разросшиеся экземпляры вы можете размножить, попросту поделив их при пересадке.

Анна ЯНИНА,
фитодизайнер.

К **ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3**

220 В, 1,5 кВт - 9200 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - 4900 р.

М. Ленинский просп.,
5 Донской пр-д, 21б,
проходная ЭНИМС
Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

НЕ ВСЕ ТО ЗОЛОТО...

Однако есть у титонии один

ся в середине июля.

ломаются. Для хорошего развития им нужно много места. Папоротники удачно сочетаются с бромелиевыми, так как у них сходные требования к освещению, влажности воздуха и уходу.

новился в росте в зимние месяцы, поддерживайте температуру 20-24 градуса и поливайте, не допуская пересушки земляного кома. От этого листья начинают интенсивно отмирать.

земпляры вы можете размножить, попросту поделив их при пересадке.

Анна ЯНИНА, фитодизайнер.

НЕ ВСЕ ТО ЗОЛОТО...

У меня растет чудесная диффенбахия. В книгах я читала, что в комнатных условиях эти растения цветут крайне редко. Но прошлым летом обнаружила, что моя любимица формирует цветочную стрелку. Однако каково же было разочарование, когда бутон распустился. В середине торчал пестик, окруженный одним-единственным лепестком. Может быть, подобная мутация произошла из-за неправильного ухода или цветы диффенбахии на самом деле такие невзрачные?

Наталья НЕВОДОВА. Рязань.

Ваша диффенбахия абсолютно здорова и к тому же прекрасно себя чувствует. В растительном мире очень часто бывает, что красивыми (с точки зрения человека) удаются или цветы, или листья. В данном случае дело обстоит именно так. Хотя если внимательно приглядеться, то можно заметить, что соцветие (не пестик!) этого растения отнюдь не лишено изящества, более того, можно найти очевидное сходство цветов диффенбахии и ее ближайших родственников - каллы и антуриума.

ТОВАРЫ - ПОЧТОЙ К

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1143 р.**

Эл. сепаратор (220 В, 55 л/час, гарантия 12 мес.) **1451 р.**

Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1679 р.**

Эл. мясорубка (вес 4 кг, гарантия 1 год, в комплекте - соковыжималка) **1451 р.**

Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **945 р.**

Озонатор (12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1480 р.**

Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1523 р.**

Цена включает все затраты и действительна **до 26.03.2003 г.**

...т.1 ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, тел./факс 8-383-2-74-04-42.

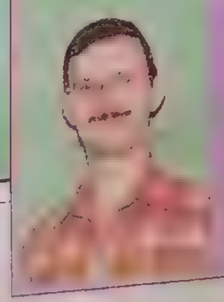
У нас дома плохо растут фиалки. Вероятно, это оттого, что в доме тепло и сухо. Можно ли что-нибудь сделать, чтобы они выжили? Если нет, то какие растения подходят для условий нашего дома?

Наталия МИХАЙЛОВА. Москва.

Проблема сухости воздуха в сочетании с достаточно высокой температурой волнует многих цветоводов-любителей. Большинство комнатных растений переносят такие условия с трудом - молодые листья опадают, кончики старых желтеют, а цветения порой и вовсе не дождешься. Вариантов решения данной проблемы только два - либо повысить влажность воздуха, либо выращивать те растения, которые изначально приспособлены к данному микроклимату.

В случае с фиалками можно поступить следующим образом. Поставьте горшки с цветами в металлический или пластиковый поддон, на дно которого насыпан влажный торф или мох сфагнум (болотный мох). Постоянно увлажняйте содержимое поддона, и тогда вокруг растений создастся относительно влажная атмосфера. Что касается опрыскивания, то оно тоже очень полезно, но в конкретном случае с фиалками его не применяют, потому что они не любят, когда капельки воды попадают на листья.

Растения, которые могут существовать в условиях сухого воздуха, можно легко узнать по внешнему виду. Как правило, они имеют мясистые стебли, листья и корни. В них накапливается запасная влага, которая используется по мере необходимости. К таким видам относятся прежде всего толстянки, сансевьеры (ее вы видите на снимке), очитки, алоэ, стапелии, гастерии и конечно же кактусы. При пониженной влажности воздуха могут расти также некоторые виды молочаев и фикусов, кливия, монстера, филодендрон, многие бромелиевые.



Раздел ведет обозреватель "Друга дома" - агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ

Чтобы стать настоящим мужчиной, нужно освоить и научиться применять Законы для настоящих мужчин, считает наш читатель Г.Н. ДОЦЕНКО.

Такие законы создал и, надеемся, претворяет в жизнь он сам. Некоторые из них нам показались небезынтересными для наших читателей.

ЗАКОНЫ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН

Помни, что природа создала мужчину для решения жизненных проблем и преодоления любых трудностей, и ты обязан выполнить свое предназначение, чтобы не потратить жизнь попусту! При этом мужчина каждый раз в данное время должен выделить одно (не более) главное дело и энергично решать его, а по остальным проблемам готовить решение! Мужчина должен всегда проявлять мужество, не ныть, быть оптимистом, всегда действовать, обязательно иметь семью, жену и 2-3 детей!

Помни! Если ты настоящий мужчина, то без семьи и 2-3 детей ты не мужчина, ты никто! Если ты не заимеешь семью и детей, то в старости станешь бомжем или алкоголиком.

Женщина требует регулярного внимания, если ты не наполняешь ее теплотой и вниманием, то заполнят другие. Так как ты не сможешь один все время заполнять ее вакуум в нужном объеме, то женщине нужны для этого дети и внуки - это твои помощники. Так что заводи детей - твоих и ее помощников! Выслушай женщину, не спорь и сделай так, как нужно семье и тебе!

Запомни, что если женщина ушла от тебя, то она не возвращается. Это закон природы, и не пытайся ее возвратить - это бесполезная трата времени. Пока ты тянул резину, ее вакуум заполнен другим! Если потерял женщину, то ищи другую и действуй.

Проявляй уважение к женщине и никогда женщинам и женам не говори о прежних женщинах и своих похождениях и т.п.

Помни, что молчание в нужном месте, в нужное время - это начало мудрости, и в первую очередь - слушай начальника, родителей, учителя, жену и женщину. Не шуми, не спорь с ними - это бесполезно и пустая трата времени, тем более что у обычного нормального человека правильных мыслей и дел всего 30 процентов, у талантливого - 50, у гениального - 70 процентов! Не трать время на споры и доказательства другим их неправильных мыслей и идей! Потрать свое время на решение своих проблем и действуй!

ЧТО ЖЕ ВЗЯТЬ С СОБОЙ НА ЛЕД?

Конец зимы и самое начало весны - лучшее время для любителей подледного лова. Эти люди утверждают, что нет ничего увлекательнее такого времяпровождения.

Рисунок Виктора ФЕДОРОВА.

Сколько же стоит снаряжение для зимней рыбалки? Обзаведение снастями начинается с приобретения удочек - зимние рыболовы называют их удильниками. Это короткие удочки: для лова на мормышку достаточно длины 20-25 см, для блесны - до 80 см. Леску на зимних удочках наматывают на мотовильца - в простейшем варианте это два металлических крючка на рукоятке. Или катушки, которые делают в Санкт-Петербурге, Рыбинске, Новосибирске. Цена - в пределах 600-700 рублей. Не стоит увлекаться изделиями из титана. Из-за того что они очень легки при бурении приходится сильно давить на

зовать такие коловороты на речном льду, в котором и песок, и прочая грязь, не стоит: ножи быстро "садятся". Лучше обзавестись отечественным коловоротом (

ВЕЧЕР У КАМИНА

Хотим устроить у себя декоративный камин. Как это лучше сделать, из чего?

Семья ВОЛКОВЫХ. г. Пушкино Московской области.

Понадобится вам металлический лист-основа кирпич, раствор

ным крашеным под кирпич лис-

ВЕЧЕР У КАМИНА

Хотим устроить у себя декоративный камин. Как это лучше сделать, из чего?

Семья ВОЛКОВЫХ. г. Пушкино Московской области.

Понадобится вам металлический лист-основа, кирпич, раствор (строительная смесь), доска, стальной уголок и декоративная пленка. Сперва на пол кладется лист, который надо зафиксировать несколькими гвоздями. Лист послужит изолирующей прокладкой между кладкой и полом. Если не планируете облицовывать камин декоративной плиткой, то кирпич надо выбирать с особой тщательностью. Понадобится вам не так уж много: в зависимости от формы кладки - от двух до пяти десятков кирпичей. Сперва выкладываете "пол" - кирпичную площадку, хотя это для декоративного камина и не обязательно. Затем боковые и заднюю стенки. Заднюю стену, опять-таки не обязательно, можно заменить асбоцементным крашеным под кирпич листом. Варианты кладки боковых стенок на **рисунке 1**.

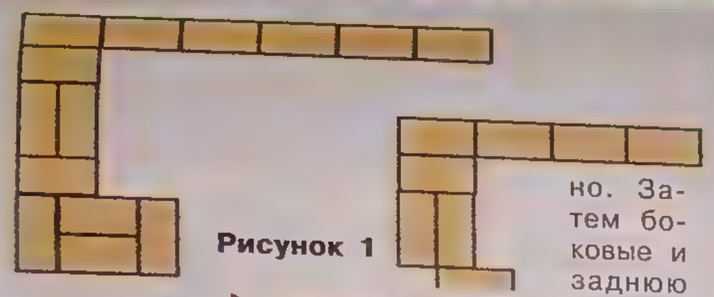


Рисунок 1

Когда камин достигнет требуемой высоты, сверху на кирпичи кладете "мраморную" доску, закрепив ее снизу уголками 25х25 мм, чтобы вся конструкция была более жесткой. Уголки должны быть скрыты внутри "топки". Вдоль стены можно поставить "трубу". В двух-трех местах ее стоит притянуть к стене металлическими хомутами, замаскировав их. Общий вид декоративного камина на **рисунке 2**.

Рисунок 2

Внутрь камина можно поставить зольник - решетку из металлических прутьев, повесить красную лампочку или вставить электрокамин, имитирующий горящие поленья.

Алексей КАМИЛОВ.

ПЕНА ТРУБЫ УКРЕПИТ

Можно ли при соединении пластмассовых канализационных труб пользоваться строительной монтажной пеной?

Игорь ЗЕЛЕНЦОВ. г. Ивангород Ленинградской области.

Конечно, можно. Только при соблюдении нескольких условий. Прежде всего учитывайте направление тока воды **(рисунок 1)**. Если вы положите трубы наоборот, никакой уплотнитель вас не спасет. Хорошо, если трубы будут жестко зафиксированы, иначе колебания и прогибы вырвут пенные уплотнители **(рисунок 2)**. И последнее: не пожалейте денег и купите не строительной "оптовке" канализационную смесь для "посадки" труб одна в другую. "Сажают" их и на цемент, и на паклю с битумом, и на другие связывающие составы.

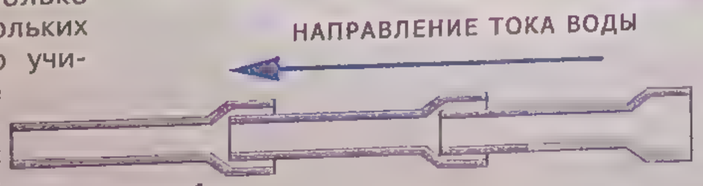


Рисунок 1

Рисунок 2

А вот уж поверх этого в качестве уплотнителя лейте пену.

Кстати, жестко фиксировать нужно только места соединения труб. Сами по себе пластиковые трубы тем и хороши, что выдерживают значительные колебания по оси, - лишь бы сочленения не шевелились.

Федор ЗАЙЦЕВ, строитель.

Чек - зимние рыболовы называют их удильниками. Это короткие удочки: для лова на мормышку достаточно длины 20-25 см, для блесны - до 80 см. Леску на зимних удочках наматывают на мотовильца - в простейшем варианте это два металлических крючка на рукоятке. Или катушки, которые бывают двух типов: открытые и закрытые. Лучше использовать закрытые катушки - в них не попадают снег и вода, леска не смерзается. Одной из лучших зимних удочек для ловли на мормышку считается отечественная "балалайка" конструкции В.И. Михеева. Для любителей ловли окуня на блесну или со дна при сильном течении подойдет финская удочка "Teho" с большим диаметром катушки.

Член Всероссийского общества рыболовов Владимир Назаров обращает внимание на то, что, покупая удочку, нужно проследить, чтобы катушка вращалась плавно, без рывков и заеданий, чтобы хлыстик был упругим и плотно держался в ручке или корпусе. Сложные стеклопластиковые или углепластиковые удочки с хорошими катушками стоят от 300 до 500 рублей. Однако вполне можно обойтись обычной пластиковой удочкой с простой катушкой по цене 50-70 рублей. Цены на удочки без катушки просто смешные - от 10 до 30 рублей.

Важным элементом снаряжения является ледобур. В продаже есть немало ледобуров - импортных и отечественных. Новинки - финские "Rapala" и шведские "Mora" с так называемыми сферическими ножами работают быстро и почти бесшумно, однако весьма дороги - 200-250 долларов, да и запасные ножи к ним достать нелегко. Использ-ся". Лучше обзавестись отечественным коловоротом (их делают в Санкт-Петербурге, Рыбинске, Новосибирске). Цена - в пределах 600-700 рублей. Не стоит увлекаться изделиями из титана. Из-за того что они очень легки, при бурении приходится сильно давить на рукоятку, в результате часто обламываются режущие кромки ножей, да и сам бур гнется. На рынках иногда встречаются коловороты, у которых режущая часть сделана в виде кольца. Но, предупреждает В. Назаров, пользоваться такими бурами при большой толщине льда трудно. Лучше использовать простой тяжелый стальной коловорот - он врезается в лед уже под собственным весом.

Чтобы не окоченеть на ветру и морозе, используют ширмы и небольшие палатки на металлических каркасах. Средняя цена каркаса без тента - 300-400 рублей, с тентом - до 1300. Иногда нижние концы стоек каркаса делают в форме шурупа. По мысли создателей, такая конструкция будет хорошо держаться на льду. На самом деле шурупы в лед закрутить практически невозможно, а когда это удается, каркас нельзя полностью собрать.

Тенты для таких палаток делают из полиэтилена или парашютного шелка. Тенты из пленки всем хороши - обеспечивают парниковый эффект, даже при слабом солнце в них быстро становится теплей, чем на улице, но одна беда - пленка на морозе недолговечна. Зато шелк хотя и не обеспечивает такого заметного прогрева "помещения", но от ветра защищает хорошо и служит несколько лет.

Алексей МЯСНИКОВ.

АППЕТИТНЫЕ СУХАРИКИ

Наверное, в каждой семье бывают дни, когда хлеб покупают все - и дети, и родители, и бабушки с дедушками. Понятно, что его большая часть обречена черстветь. Но не спешите выбрасывать сухарики. Советы, присланные в Клуб взаимопомощи по просьбе Виктора КРЫЛОВА из г. Сосновый Бор Ленинградской области, помогут вам реанимировать засохший хлеб или приготовить вкусные блюда.

Вот как выходит из положения **Елена КУЗНЕЦОВА** из г. Киселевск Кемеровской области.

Если заведомо ясно, что сразу весь купленный хлеб съесть не удастся, я поступаю следующим образом: разрезаю хлеб пополам, каждую половинку кладу в полиэтиленовый мешочек и убираю в морозилку. Разогреть булку в микроволновке - минутное дело, а хлеб получается свежим и теплым.

Другой способ использования лишнего хлеба - нарезать маленькими кусочками, подсушить в духовке и пропустить через мясорубку. Такая крошка используется для панировки или годится для приготовления самостоятельных блюд. Например, пудинга.

Смешайте стакан хлебной крошки с полустаканом молока или сметаны, добавьте яйцо, измельченные орехи, изюм, нарезанную курагу или чернослив. Смажьте

шеные овощи и оставьте на ночь. Утром обжарьте на масле ломтики черствого пшеничного хлеба, выложите на них маринованные овощи. Накройте тонкими ломтиками сыра и запе-

серединки и наполните хлебной массой. Закройте крышечками, посыпьте тертым сыром и запекайте в духовке 15-20 минут.

Поделилась своими советами и **Алита ЛЕЛЬ** из г. Исилькуль Омской области.

ставьте на несколько часов в холодильник.

ДЕТСКИЕ ПИРОЖНЫЕ

Сухари пропустите через мясорубку, разотрите с маслом, сырым яйцом, сахарным песком и какао. Из полученной массы сделайте шарики, обваляйте их в смеси сахара и какао и на час уберите в холодильник.

Валентина КУШНАРЬ из г. Боготол Красноярского края утверждает, что хлеб долго сохранит вкус и приятный запах, если держать его в эмалированной кастрюльке, на дно которой нужно бросить щепотку ванилина, а поверх постелить полиэтилен.

Хлеб также можно хранить в полиэтиленовом пакете, убрав его в холодильник. При комнатной температуре он снова приобретет все свойства свежего. Ну а если случилось так, что он зачерствел, то его можно освежить, снова сделать аппетитным и вкусным.

Для этого налейте в кастрюлю немного воды, положите на дно решетку, но так, чтобы вода была ниже уровня решетки, а на нее - нарезанный ломтиками черствый хлеб. Закройте крышкой и поставьте на огонь, а через 5-10 минут, после того как вода закипит, снимите с огня и ешьте свежий мягкий хлеб. Но через 2-3 часа он опять зачер-

САЛАТ С ГРЕНКАМИ

Мелко нашинкуйте сырую морковь, добавьте мелко порезанные лук и яйцо, заправьте майонезом. Обжарьте на масле гренки, порежьте их на маленькие кубики, подсушите в духовке и перед самой подачей добавьте в салат.

Множество рецептов выпечки, в которых используются хлебные сухарики, знает **Татьяна ВОРОЖЦОВА** из д. Окунево Кемеровской области.

ТОРТ С РЯБИНОЙ

На 200 г хлеба возьмите 6 яиц, 100 г сливочного масла, стакан сахарного песка, полстакана миндаля, пол-лимона, рюмку вина, стакан толченой рябины.

Желтки разотрите с сахаром, смешайте с растертым маслом, добавьте натертый на терке хлеб, измельченные миндаль и цедру лимона, вино, корицу, рябину и взбитые в пену белки. Все хорошо перемешайте, выложите в форму, смазанную маслом, и выпекайте в духовке 35-40 минут.

ТОРТ С ШОКОЛАДОМ

Добела разотрите 3 целых яйца и 3 желтка, постепенно всыпьте стакан сахарного песка

стакан тертых сухарей, добавьте
2 столовые ложки натертого шоколада, корицу и гвоздику по вкусу, тертую цедру полулимона и стакан дробленого миндаля. Все перемешайте,

ных блюд. На-
пример, пудинга.

Смешайте стакан хлебной крошки с полустаканом молока или сметаны, добавьте яйцо, измельченные орехи, изюм, нарезанную курагу или чернослив. Смажьте форму маслом, выложите получившуюся массу, сверху смажьте сметаной и запеките в духовке.

А уж если хлеб зачерствел, то проще всего приготовить гренки - хрустящие и сытные лакомства.

ГРЕНКИ С ЯЙЦОМ

Белый хлеб нарежьте кусочками, замочите в молоке. Обмакните во взбитое яйцо и обжарьте на сливочном масле до румяной корочки.

ГРЕНКИ С СЫРОМ

Белый хлеб нарежьте ломтиками, намажьте тонким слоем сливочного масла и посыпьте тертым сыром. Выложите на сковороду с растопленным сливочным маслом и поставьте в горячую духовку на 10 минут.

ИСПАНСКИЕ САНДВИЧИ

На самом деле это гренки с луком, сладким перцем и сыром. Впрочем, перец можно заменить помидорами. Лук и сладкий перец (помидоры) нарежьте колечками, потушите до мягкости на растительном масле, добавив при необходимости немного воды. Затем приготовьте маринад из сока половины лимона, столовой ложки острого томатного соуса, сахарного песка, соли и перца. Залейте маринадом тушеные овощи и оставьте на ночь. Утром обжарьте на масле ломтики черствого пшеничного хлеба, выложите на них маринованные овощи. Накройте тонкими ломтиками сыра и запекайте в нагретой духовке до тех пор, пока сыр не начнет плавиться.

ОЛАДЬИ ИЗ ЧЕРСТВОГО ХЛЕБА

Взбейте 100 г молока и 2 яйца, добавьте чайную ложку сахара, посолите по вкусу. А дальше положите (исходя из вашего вкуса или возможностей) либо нашинкованную и пассерованную на растительном масле морковь, либо припущенную в подсоленной воде капусту, тушеную тыкву, очищенное от кожуры яблоко. В этом "тесте" замочите 150-200 г пшеничного хлеба, предварительно нарезав его на кусочки. Затем сильно нагрейте сковороду, налейте растительное масло и ложкой выкладывайте порции теста. Обжарив оладьи с двух сторон, подержите их немного под крышкой на слабом огне.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЧЕРСТВЫМ ХЛЕБОМ

Черствый хлеб нарежьте кусочками и подсушите в духовке до золотистого цвета. Добавьте мелко нарезанный и ошпаренный репчатый лук, рубленые яйца, соль, перец. Заправьте майонезом и перемешайте. У свежих плотных помидоров срежьте верхушки, выньте серединки и наполните хлебной массой. Закройте крышечками, посыпьте тертым сыром и запекайте в духовке 15-20 минут.

Поделилась своими советами и **Алита ЛЕЛЬ** из г. Исилькуль Омской области.

Хлеб долго не черствеет, если хранить его без пакета в закрытой крышкой фарфоровой, стеклянной или эмалированной посуде. Лучше всего, конечно, иметь специальную деревянную хлебницу. А чтобы хлеб в ней не плесневел, положите очищенную картофелину или щепотку соли. И через каждые 7-10 дней протирайте раствором уксуса.

Зачерствевший хлеб можно сделать более или менее свежим, если завернуть его во влажную салфетку на 5 минут, а затем развернуть и поместить на 10-15 минут в горячую духовку. Но делать это нужно непосредственно перед употреблением, а то через час он снова зачерствеет.

А вот еще несколько рецептов с использованием хлеба.

ТОРТ-БУТЕРБРОД "МОЗАИЧНЫЙ"

Вам потребуется буханка черного и батон белого хлеба, 300 г творога, 3 вареных желтка, банка сардин, майонез.

Белый и черный хлеб без корок нарежьте ломтиками толщиной 1 см. Творог, сардины и желтки хорошо размешайте и промажьте хлеб, чередуя черные и белые кусочки. Готовый торт залейте майонезом и повкусным.

Для этого налейте в кастрюлю немного воды, положите на дно решетку, но так, чтобы вода была ниже уровня решетки, а на нее - нарезанный ломтиками черствый хлеб. Закройте крышкой и поставьте на огонь, а через 5-10 минут, после того как вода закипит, снимите с огня и ешьте свежий мягкий хлеб. Но через 2-3 часа он опять зачерствеет.

ХЛЕБНЫЙ СУП

Возьмите 4 стакана горячего бульона, 2 столовые ложки масла, 2-3 крутых яйца, столовую ложку мелко нарубленной зелени. 100 г хлеба нарежьте ломтиками и подсушите в духовке, а еще 100 г протрите и поджарьте на масле. В кастрюлю положите поджаренный тертый хлеб, подсушенные гренки, мелко нарубленные яйца, зелень. Залейте бульоном и подавайте на стол.

ХЛЕБНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СЛИВАМИ

На 8-10 ломтиков черствого хлеба - 25-30 слив, 2 яйца, 2 столовые ложки сахара, полстакана творога, мука, молоко по необходимости.

Хлеб замочите в молоке. Сливы без косточек слегка посыпьте сахаром. В смазанную жиром форму уложите слоями хлеб и сливы. Залейте смесью из яиц, сахара, творога, муки и молока (по консистенции, как густая сметана). Запекайте в духовке 35-40 минут.

КНЕДЛИКИ С ПЕЧЕНКОЙ

Батон черствого хлеба нарежьте кубиками. Пропустите через мясорубку 300 г печени, 50 г шпика, луковицу и зелень. Полученную массу смешайте с хлебными кубиками.

В стакане молока разведите яйцо, влейте в основную массу и оставьте на 20 минут, закрыв крышкой. Посолите, сформуйте клецки, обваляйте в муке или крахмале, опустите в слегка подсоленную кипящую воду и варите на слабом огне 10-15 минут.

те в духовке 35-40 минут.

ТОРТ С ШОКОЛАДОМ

Добела разотрите 3 целых яйца и 3 желтка, постепенно всыпьте стакан сахарного песка, стакан тертых сухарей, добавьте 2 столовые ложки натертого шоколада, корицу и гвоздику по вкусу, тертую цедру половины лимона и стакан дробленого миндаля. Все перемешайте, выложите в смазанную маслом форму и выпекайте до готовности. Готовый торт разрежьте на 2 коржа и промажьте любым вареньем.

ТОРТ С ДЖЕМОМ

Зачерствевший хлеб нарежьте ломтиками и замочите в молоке. Половину ломтиков уложите плотным слоем на дно формы, смазанной маслом, на них - слой толченых орехов, сверху - слой повидла, джема или варенья, посыпанного корицей или ванильным сахаром. При желании можно положить апельсиновую цедру. Затем выложите оставшиеся ломтики хлеба. Все залейте смесью из 2 желтков, взбитых с полустаканом сахара и молока, и выпекайте в духовке. 2 белка взбейте с 3 столовыми ложками сахарной пудры, выложите на торт и на несколько минут поставьте в духовку, чтобы глазурь зарумянилась.

А ТЕПЕРЬ НОВЫЕ ВОПРОСЫ, ПРИСЛАННЫЕ В КЛУБ ВЗАИМОПОМОЩИ НАШИМИ ЧИТАТЕЛЯМИ

У меня очень плохая кожа. Все время то угри, то раздражение. Может, есть какие-нибудь народные средства, как избавиться от них?

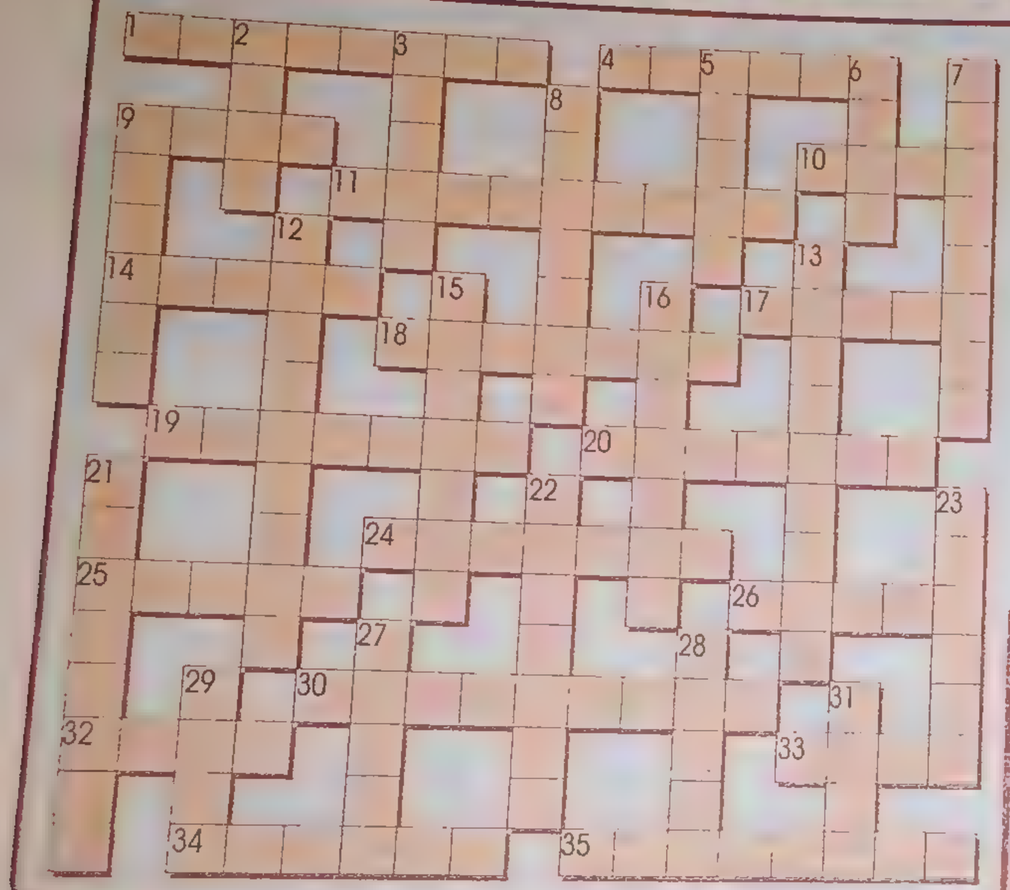
Мария САХАРОВА.
г. Усолье-Сибирское Иркутской области.

НЕ ТОЛЬКО ДЛЯ КОЛБАСЫ

Мы с мужем вот как наловчились сохранять фотографии. Надо купить в магазине тонкую пленку - для упаковки или разогревания продуктов в микроволновке. Эту пленку аккуратно, без морщин приложите к фотографии, плотно прижмите, разгладьте, а потом, прикрыв газетой, пройдитесь теплым утюгом. "Фотка" отлично ламинируется - не хуже, чем в мастерской.

Елена ИЛЮШКИНА. Тверь.

СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ



ДЛЯ ЖЕНЩИН

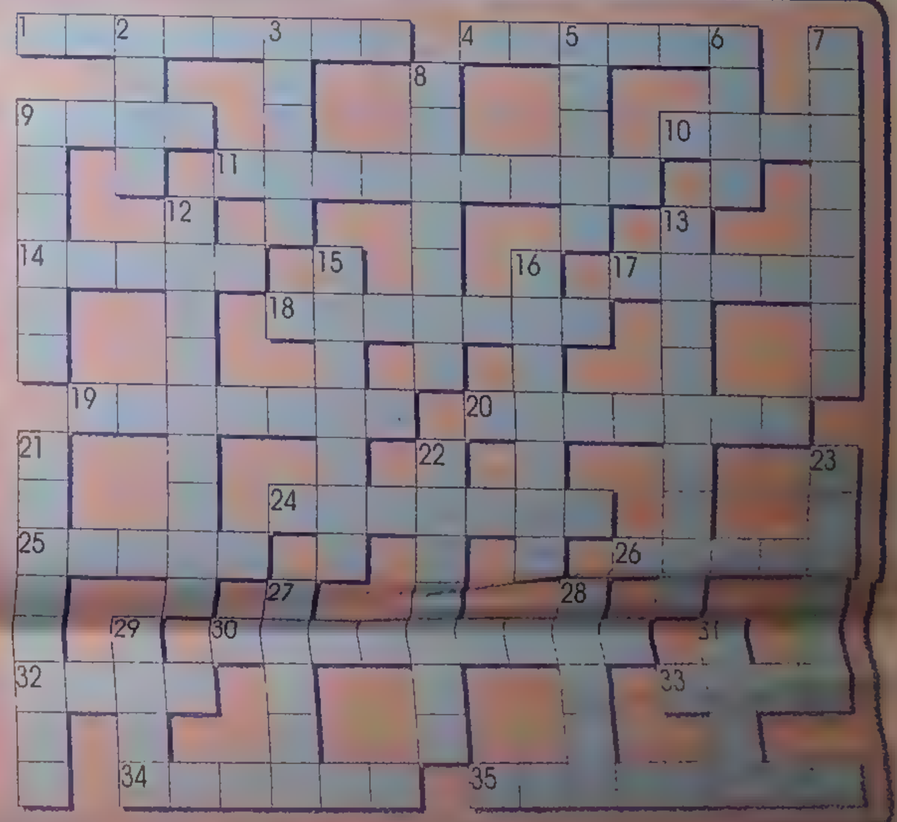
По горизонтали. 1. "Коктейль" от провизора. **4.** Подставка для нот. **9.** "Целомудренное" зодиакальное созвездие. **10.** Кувшин, прикрытый крышкой. **11.** Обмен кольцами, "сигнализирующий" небесам, что пора заключать брак. **14.** "Всевидящий" африканец. **17.** Добавка, делавшая когда-то газировку за копейку втрое дороже. **18.** Новорусская ванна. **19.** Красно-черно-золотой промысел. **20.** "Милая Мила" в борще. **24.** Отдых в поддержку табачной промышленности. **25.** Пушкинский герой, которому изменила Земфира. **26.** Обувь под неглиже. **30.** Пляски тинейджеров. **32.** Если она - пятая, то собаке не нужна. **33.** Место для дружеского поцелуя. **34.** Если чешется ... - вскоре придется спать со случайным знакомым (примета). **35.** Небольшой сосуд, позволяющий точно определить, сколько туда налито.

По вертикали. 2. Предмет, который напоминает Большая Медведица. **3.** Привычное дело для студента. **5.** Столица моды и вотчина кутюрье. **6.** И пелядь, и бельдюга. **7.** Утеплительный материал для курток. **8.** И легкомысленная девица, и банная принадлежность. **9.** Вражда наоборот. **12.** Рынок ширпотреба. **13.** Помада для волос, придающая гладкость мужской прическе. **15.** Вязаная кофта без воротника. **16.** Самоцвет, увеличивающий богатство достойного человека. **21.** Вдохновение, которое заставило себя долго ждать. **22.** Увитая зеленью беседка. **23.** Загрязнение воды при помощи белья. **27.** Собака, одичавшая на широких австралийских просторах. **28.** "Голубой глаз" телевизора. **29.** Часть комнаты, сдаваемая внаем. **31.** Войлок для "согревания" головы.

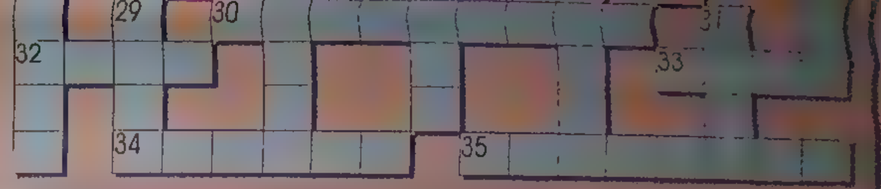
ДЛЯ МУЖЧИН

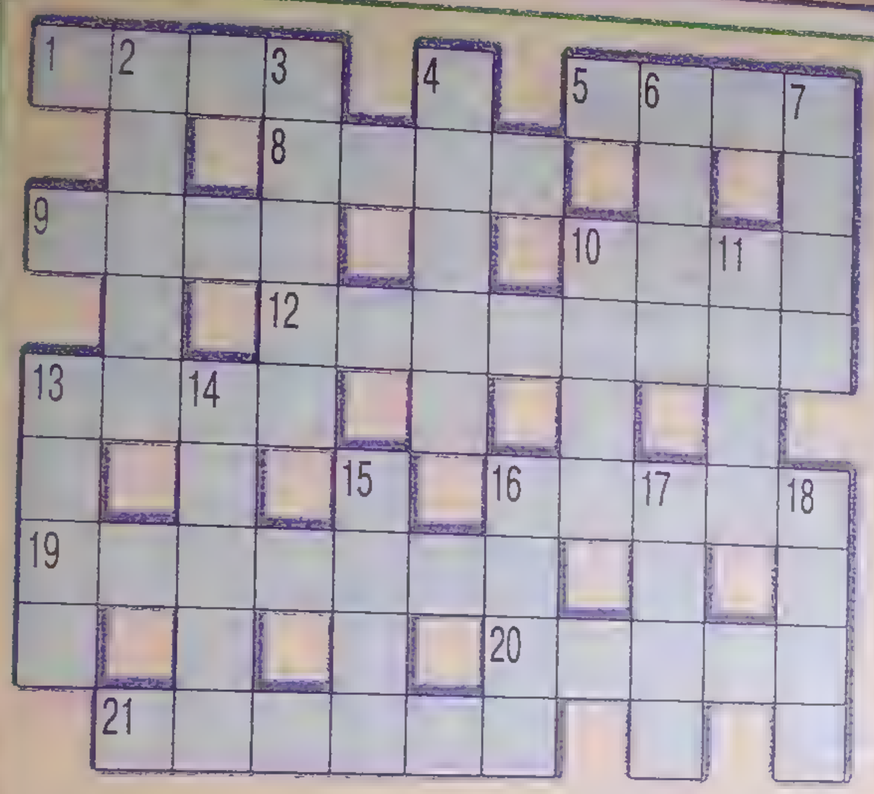
По горизонтали. 1. Супермен с зеленым лицом. **4.** Поступок, достойный подражания. **9.** Бейсбольная палица. **10.** Время заботы рачительного хозяина о телеге, если верить пословице. **11.** "Пристань" для электрички. **14.** Желание чего-то возвышенного и светлого. **17.** Воздушный "поцелуй" военных летунов. **18.** Немецкое изобретение, потеснившее балалайку при исполнении русских частушек. **19.** Клиент бюро находок. **20.** С ним Алла Пугачева сравнивала своего очередного холодного друга. **24.** Игрок, ведущий мяч, шайбу. **25.** Недобор установленного числа взяток в картах. **26.** Одна из основных форм феодальной эксплуатации. **30.** Борец нехилой категории. **32.** Чудак без образования. **33.** Ограничитель собачьей свободы. **34.** Самоуверенность неуверенного в себе. **35.** Состав, не замечающий полустанков.

По вертикали. 2. Строгая бумага посла. **3.** Как в воду опущенный с кашей во рту. **5.** "Неприкасаемая" истина. **6.** Актерский "изменник" внешности. **7.** Что следует после того, как футболисту покажут два "горчичника"? **8.** Преобразование вместо революции. **9.** Немецкий город, подаривший миру знаменитый сказочный ансамбль. **12.** Заслуженный бездельник. **13.** Респектабельный подсвечник. **15.** Дубликат бесценного груза в штанах Маяковского. **16.** Меткий, искусный стрелок. **21.** Старорусский спекулянт. **22.** Актер, сыгравший роль первой жертвы в триллере С. Говорухина "Десять негритят". **23.** Беспутевочный курортник. **27.** След кофе на брюках. **28.** Жеребец с крылышками. **29.** Одежда для желающих побыть в звериной шкуре. **31.** Мухакусака из Африки.



...установленного числа взяток в картах. **26.** ...Одна из основных форм феодальной эксплуатации. **30.** Борец нехилой категории. **32.** Чу... С. Говорухина "Десять негритят". **23.** Беспутевочный курортник. **27.** След кофе на брюках. **28.** Жеребец с крылышками. **29.** Одежда для желающих побыть в звериной шкуре. **31.** Мухакусака из Африки.





ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. **1.** Строго размеренная ходьба в строю. **5.** Пищевое "шоу" Макаревича. **8.** Сезон сарафанов и платьев из ситца. **9.** Лесной коллектив хищников. **10.** Передвижная лестница для входа и выхода из самолета. **12.** Первый показ спектакля, фильма и т.п. **13.** Будущий морской волк. **16.** "Белый камень в воде тает" (загадка). **19.** Вереница вьючных животных, перевозящих грузы, людей. **20.** Мокрое место, где встречают Новый год киты. **21.** Неудачный прыжок в длину.

По вертикали. **2.** Самый знаменитый из Чеховых. **3.** Головной убор Незнайки. **4.** Разгадка задачи в учебнике. **6.** "Большая дорога" для пирата. **7.** Много газет друг на дружке. **10.** Ученье - свет, а неученье - ... . **11.** Транспортное средство с ишаком. **13.** Одежда от талии книзу. **14.** Девочка, преодолевшая козни Снежной королевы. **15.** И высший, и белый, и Старый, и Новый. **16.** "Сто один брат, все в один ряд вместе связаны стоят" (загадка). **17.** Основание бутерброда. **18.** Золотая приманка для аргонавтов.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)915-44-51
КРАСНОДАР И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
(8612)35-05-02

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 6

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **1. Баба. 3. Смесь. 6. Эдем. 11. Аукцион. 12. Романов. 13. Фунт. 14. Колорист. 17. Бриолин. 18. Царевна. 20. Вологда. 23. Регресс. 25. Аперитив. 27. Лами. 30. Печатка. 31. Заколка. 32. Сват. 33. Отара. 34. Сажа.**

По вертикали. **1. Брат. 2. Баклуши. 4. Манекен. 5. Стрелец. 7. Денисов. 8. Мавр. 9. Диетолог. 10. Юмор. 15. Обувь. 16. Раиса. 19. Рогулька. 21. Липучка. 22. Антракт. 23. "Ревизор". 24. Ермолка. 26. Ритм. 28. Спас. 29. Фата.**

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **1. Латы. 3. Старт. 6. Игра. 11. Тротуар. 12. Курение. 13. Чело. 14. Квартира. 17. Биатлон. 18. Адмирал. 20. Ортопед. 23. Матадор. 25. Агрессия. 27. Евро. 30. Бартоло. 31. Ниагара. 32. Дань. 33. Драка. 34. Чача.**

По вертикали. **1. Литр. 2. Теорема. 4. Таракан. 5. Реклама. 7. Гонорар. 8. Арес. 9. Губошлеп. 10. "Крот". 15. Обгон. 16. Клерк. 19. Миттеран. 21. Тугарин. 22. Досмотр. 23. Маятник. 24. Держава. 26. Едок. 28. Обод. 29. Лапа.**

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. **1. Коса. 4. "Ника". 6. Урна. 7. Удав. 10. Ринг. 11. Гимназия. 12. Дуэт. 15. Скука. 19. Семафор. 20. Хеопс. 21. Ангина.**

По вертикали. **1. Круг. 2. Срам. 3. Гроза. 4. Наряд. 5. Каноэ. 8. Динк. 9. Внук. 13. Урфин. 14. Тире. 15. Соха. 16. Урок. 17. Асса. 18. Смог.**

Рисунок Вячеслава ШИЛОВА.

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по развитию Валентин УПОЛОВНИКОВ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ирины БУРСКОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Наталии РАЗЛУЦКОЙ, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ, Анны ЯНИНОЙ.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком Ⓚ, печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 187800 экз. Заказ № 9
Цена свободная.

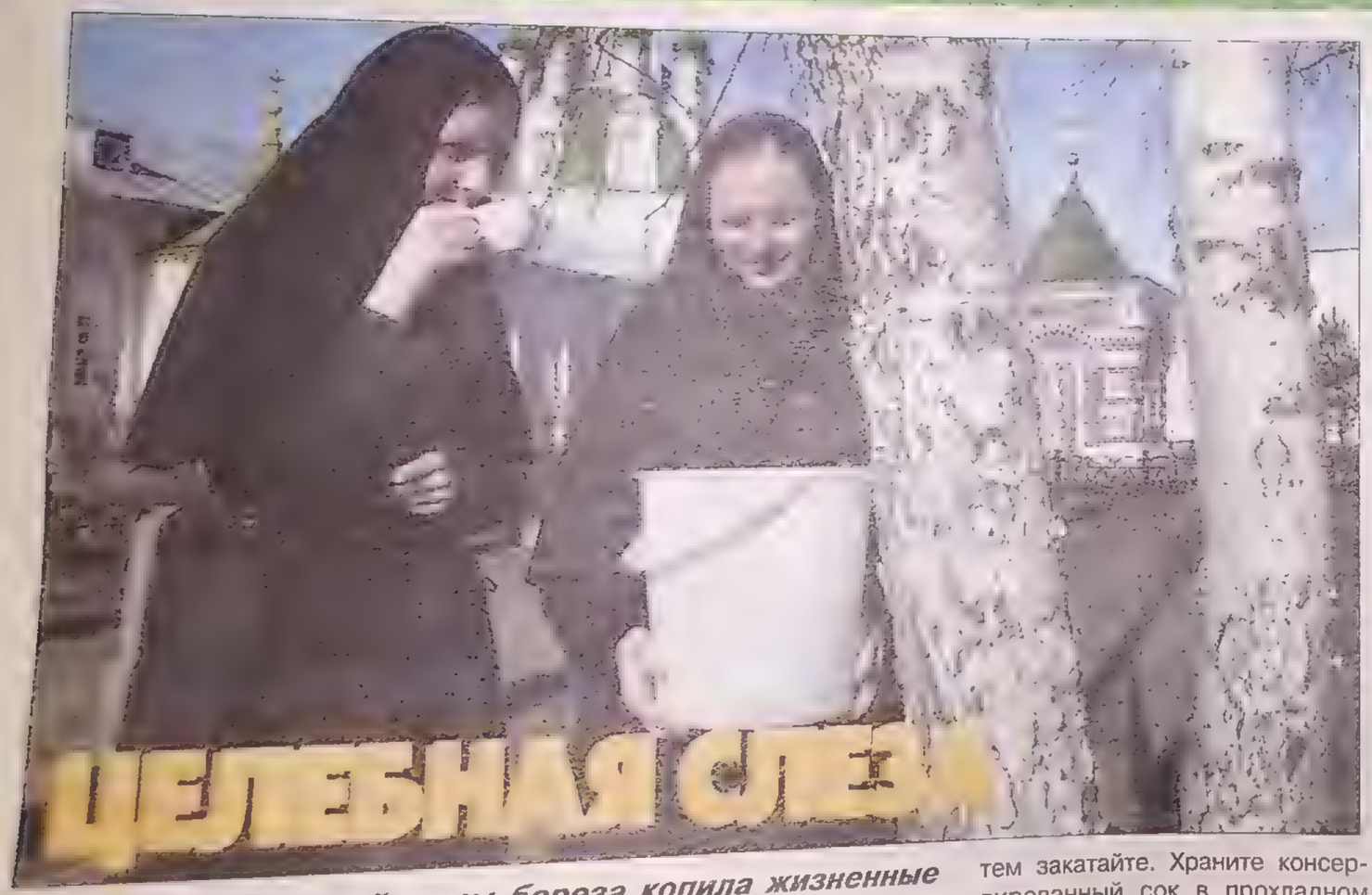
Время подписания в печать по графику 19.02.2003 г. в 19.00.
Подписано в печать 19.02.2003 г. в 17.00.

ДРУГ ДОМА

№10/266
2003
Март

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Выходит четыре раза в месяц



ЦЕЛЕБНАЯ СИЛА

В течение долгой зимы береза копила жизненные силы, а с приходом весны выплеснула их в появляющиеся молодые листочки.

Полезные биологические соли и минералы, в соках дерева, образуют уникальное вещество - березовый сок. В его состав вхо-

рать сок в стеклянные банки. А вот железной посудой пользоваться не следует: от контакта с металлом сок быстро портится.

Собирая сок, не забывайте,

тем закатайте. Храните консервированный сок в прохладном темном месте не более года. Конечно, лечебные свойства "березовых консервов" ниже, чем у свежего сока, но все равно большинство полезных веществ сохраняется в целости и сохранности. Кстати, в старину сок хранили в специальных березовых бочонках. Благодаря "родной"

ПОСТ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **500 рублей** каждому.

По итогам конкурсов в "Друге дома" № 9 кулинарный приз мы решили присудить простым, но вкусным и оригинальным постным блюдам, которые предложила приготовить **Мария Петровна АЛФЕРОВА** из д. Клоктухино Курганской области. Приз получает также участница нашего Клуба взаимопомощи **Алита Альвиновна ЛЕЛЬ** из г. Исилькуль Омской области, откликнувшаяся на просьбу читателя научить подольше сохранять хлеб свежим, а также предложившая интересные рецепты блюд из хлеба.

Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

ЗАПОЛНИШЬ АНКЕТУ - ПОЛУЧИШЬ ПРИЗ!

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**.

Только одно условие - анкета из

В течение долгой зимы береза копила жизненные силы, а с приходом весны выплеснула их в появляющиеся молодые листочки.

Все полезные биологические соединения, соли и минералы, растворяясь в соках дерева, образуют уникальное вещество - березовый сок. В его состав входят ферменты, органические кислоты, дубильные вещества, соли кальция, железа, растительные гормоны, витамины, глюкоза и фитонциды. Березовый сок очищает кровь, обладает кроветворным и восстанавливающим действием. Более того, установлено, что березовый сок разрушает мочевые камни, эффективен при лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, заболеваниях печени, желчного пузыря, почек. Помимо этого березовый сок стимулирует обмен веществ.

Здоровому человеку достаточно пить по стакану свежего сока три раза в день за полчаса до еды. Две-три недели такого лечения обеспечат вас здоровьем на целый год.

Появляется березовый сок в марте. И продолжает идти до конца апреля - начала мая. Именно этот период считается основным временем сбора "березовых слез".

В старину березовый сок собирали в специальные туесочки из березовой коры объемом не более 0,5 л. Считалось, что в них он лучше сохраняет целебные свойства. Сейчас можно собирать сок в стеклянные банки. А вот железной посудой пользоваться не следует: от контакта с металлом сок быстро портится.

Собирая сок, не забывайте, что береза - живое существо. Поэтому относитесь к ней бережно. У одного дерева можно брать не более 1 л сока в 2-3 дня.

Не нужно делать глубоких надрезов. Во-первых, это калечит дерево, а во-вторых, 80 процентов сока движется в поверхностных слоях между корой и древесиной. Лучше всего собирать сок с помощью жгутика из чистой льняной ткани или пакли. Сделайте 10-15-миллиметровый вертикальный надрез на коре и с помощью палочки из твердого дерева вставьте в него конец жгутика. Другой конец опустите в банку. Набрав нужное количество сока, не забудьте залечить рану - плотно замажьте надрез пластилином, воском, замыльте хозяйственным мылом или забейте мхом. Если этого не сделать, то попавшие под кору бактерии и споры грибов-паразитов станут причиной загнивания в области надреза. Это может привести к гибели всего дерева. Так что в следующем году сок просить уже будет не у кого.

Свежий березовый сок можно хранить в холодильнике не более 1-2 дней. После этого его целебные свойства исчезают. Но точно так же, как и любой другой, березовый сок можно консервировать. Делается это следующим образом. Разлейте свежий сок в подготовленные банки, прикройте крышками и стерилизуйте полулитровые банки 15-20, литровые 30-40 минут, затем закатайте. Храните консервированный сок в прохладном темном месте не более года. Конечно, лечебные свойства "березовых консервов" ниже, чем у свежего сока, но все равно большинство полезных веществ сохраняется в целости и сохранности. Кстати, в старину сок хранили в специальных березовых бочонках. Благодаря "родной" упаковке он по нескольку месяцев не терял целебных качеств.

Можно приготовить "березовый мед" - хмельной целебный напиток. В эмалированную кастрюлю положите 500 г меда, залейте его 2,5-3 л березового сока и прокипятите на слабом огне в течение часа. Немного остудите и в теплый сироп опустите ломтик черного хлеба, по которому размажьте 20 г дрожжей. Оставьте бродить в теплом месте. Если через час мед не забродит, то есть на его поверхности не появятся шипящие пузырьки, добавьте еще немного дрожжей. Если напиток забродил, хлеб уберите, а кастрюлю накройте чистым полотенцем. Дайте жидкости перебродить, то есть перестать шипеть и пениться, и разлейте в бутылки с крышкой. Плотно закупорьте и положите в погреб или холодильник. Время от времени бутыли надо аккуратно поворачивать. Через 4-5 месяцев напиток будет готов. "Березовый мед" можно пить ежедневно по стакану перед едой.

А совсем недавно врачи обнаружили еще одну удивительную особенность березового сока: оказывается, с его помощью можно наладить супружеские отношения. Более того, наиболее благоприятно прием березового сока воздействует на пожилые пары в период климакса (как у женщин, так и у мужчин). Если выпивать хотя бы по стакану березового сока в день, можно избежать таких характерных климактерических проявлений, как головные боли, сонливость, чувство усталости, раздражительность.

Анна КАЛИНКИНА.

ВОЛШЕБНАЯ НИТОЧКА

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло и его очередное приложение "Волшебная ниточка". В нем вы найдете модели для вязания, изготовления различных поделок, научитесь лоскутному шитью.

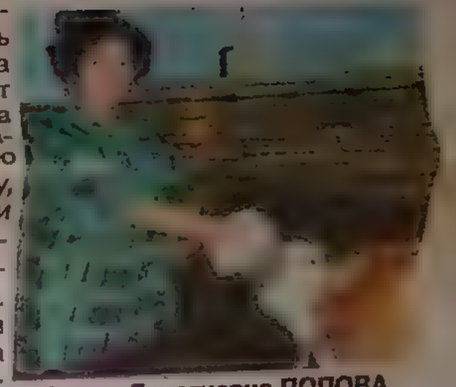
Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции.

ISSN 1563-2334

Друг дома

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**.

Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном случае - до 31 марта 2003 года**. Дату будем определять по почтовому штемпелю. Если есть желание, присылайте свои фотографии.

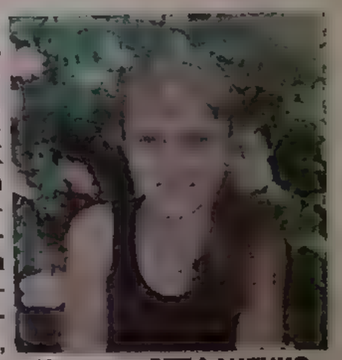


Нинель Георгиевна ПОПОВА

По итогам розыгрыша анкет из **"Друга дома" № 12 за прошлый год** в счастливую дюжину попали **Равзат Магомедовна АЛИЕВА** из г. Каспийск, Дагестан, **Галина Викторовна БОГДАНОВА** из д. Шабурново Московской области, **Светлана Леонидовна ВАСИЛЬЧЕНКО** из Ижевска, **Любовь Ивановна ВИКТОРОВА** из г. Боровск Калужской области, **Насима Харисовна ГАНИЕВА** из Екатеринбурга, **Ирина Васильевна ЗАХАРЧУК** из Южно-Сахалинска, **Ангелина Ивановна МОЛОЧКОВА** из г. Димитровград Ульяновской области, **Нинель Георгиевна ПОПОВА** из пос. Борисовка, Якутия, **Надежда Александровна СТЕФАНЕНКО** из пос. Инской Кемеровской области, **Маргарита Константиновна УСМАНОВА** из Оренбурга, **Евгения Львовна ФЕДОРКОВА** из Волгограда и **Галина Ивановна ЧУБ** из пос. Красный Октябрь Владимирской области.

Светлана ВАСИЛЬЧЕНКО

Насима Харисовна ГАНИЕВА



Надежда СТЕФАНЕНКО

Поздравляем победителей!

"Друг дома" № 10

Фамилия, имя, отчество_____

Домашний адрес_____

Хочу спросить у "Друга дома" о... _____

"Друг дома" выписываю; покупаю 4 раза в месяц; 3 раза в месяц; 2 раза в месяц; 1 раз в месяц; крайне редко; этот номер первый

(нужное подчеркнуть).

Чтобы принять участие в розыгрыше призов, ответы необходимо отправить до 31.03.2003 г.

В КРУГУ СЕМЬИ

МАЛЕНЬКИЙ АГРЕССОР

На приеме у психолога молодая семья: мама, папа и их пятилетний сынишка. Родители не знают, как воспитывать сына, они подавлены и растеряны. Из нашего разговора выясняется, что мальчик ведет себя очень агрессивно со своими сверстниками. На него постоянно жалуются воспитатели детского сада, а также родители, дети которых страдают от агрессивного поведения Саши (так зовут мальчика).

С проявлениями детской агрессивности в последнее время приходится встречаться очень часто. На первый взгляд здоровый и хорошо развитый ребенок может демонстрировать вспышки гнева по отношению к игрушкам, домашним животным, членам семьи и своим сверстникам в детском саду.

Многочисленные исследования показывают: детская агрессивность напрямую зависит от взаимоотношений ребенка со своей семьей. Агрессивность может быть формой проявления протеста против неприязненных взаимоотношений в семье, недостаточного внимания к личности ребенка, отсутствия любви и заботы о нем. Очень часто родители не уделяют малышу достаточно времени, мало общаются с ним, не вникают в его проблемы, и причиной агрессивного поведения в этом случае может служить стремление ребенка обратить на себя внимание доступными для него способами.

Другой причиной агрессивного поведения может быть пример взрослых членов семьи, выясняющих свои отношения в присутствии маленьких детей, которые, подражая им, считают свое поведение нормой. Попадая в среду сверстников, такой малыш отстаивает свои интересы силовыми методами, и если он не встречает достойного отпора, то надежно усваивает, что с помощью агрессии можно добиться желаемого, поэтому наверняка и в дальнейшем будет применять такую тактику поведения.

Причиной агрессии может стать и ущемленное самолюбие ребенка, не признанного в кругу сверстников. Уважения и признания к себе в подобной ситуации он добивается кулаками, что еще больше усугубляет его проблему, отдаляет от него детей, нарушая нормальное общение в детском коллективе.

Причины агрессивности могут быть разными, но все они обусловлены внутренним психологическим дискомфортом ребенка, отсутствием уверенности в своих силах, стабильности во взаимоотношениях и ощущением собственной ненужности, незначительности, одиночества. Проблема эта достаточно серьезная и требует немедленного разрешения, так как детская агрессия перерастает, как правило, в подростковую преступность, что ведет к изоляции человека от общества и к полному разрушению личности.

Чтобы предотвратить развитие детской агрессивности, следует с самого раннего возраста обращать внимание малыша на его плохие поступки, показывать свое отрицательное отношение к каждому негативному действию ребенка и хвалить его за хорошее поведение. При этом наказание за агрессивное поведение не должно быть слишком суровым. Как правило, строгие меры воспитания ведут к усилению агрессии, усложняя ситуацию.

Основной способ преодолеть эту проблему - понять и устранить ее причины. В момент вспышки гнева следует отвлечь ребенка, переключить его внимание на другое, более конструктивное, действие: почитать новую книгу, занять игрой или общественно полезным трудом, спортивными занятиями или прогулкой на свежем воздухе.

Родители должны показывать ребенку личный пример эффективного поведения, не обсуждать в его присутствии конфликтные ситуации, возникающие в семье или на работе, не давать негативных оценок своим знакомым или сослуживцам.

Необходимо следить за тем, какие телевизионные передачи смотрит ребенок, и исключать из просмотра то, что раздражает его нервную систему, возбуждает психику. Главное же заключается в том, что ребенок должен всегда чувствовать себя нужным, значимым и очень любимым в своей семье.

Людмила АНДРЕЕВА,
психолог.

СТАРАЯ ЛЮБОВЬ НЕ РЖАВЕЕТ?

кая же я была глупая! Я разочаровалась в нем окончательно.

В общем, однажды настал такой день, что я позвонила супругу, уговорила его встретиться и долго-долго ка

обратить на себя внимание бами.

в кругу сверстников. Уважение отношение к каждому не-

психолог.

СТАРАЯ ЛЮБОВЬ НЕ РЖАВЕЕТ?

Кто из нас положа руку на сердце хоть раз да не мечтал бы о встрече со старой любовью? И посмотреть на него, любимого, интересно - каким стал, как выглядит, чего добился? Ну и себя, конечно, показать - красивую, ухоженную, успешную...

А особенно накатывает желание встретиться, когда что-то в жизни не ладится: не хватает ласки, любви и тепла от собственного мужа, случились какие-то неприятности или просто возникла потребность в неком эмоциональном допинге. И помня про былые чувства, мы втайне надеемся, что эта встреча встряхнет нас, придаст сил, наполнит нашу жизнь эмоциями, внесет свежую струю, а может, и вернет то, что не удалось в прошлом... Но так ли это на самом деле?

- Я встречалась с Михаилом буквально за год до того, как познакомилась со своим нынешним мужем, - рассказывает Виктория. - Какая любовь была, просто сумасшествие какое-то! Я ждала каждого вечера как манны небесной, буквально секунды отсчитывала. Каждая наша встреча была для меня праздником и вызывала шквал эмоций. Он умел ухаживать и делал это красиво, творчески, непредсказуемо. А еще он все время дарил мне белые хризантемы в огромных количествах. У меня не то что квартира - весь подъезд был завален этими необыкновенными цветами лишь только потому, что я как-то обмолвилась, что это мои любимые цветы. И вправду их запах вызывал у меня совершенно необычное ощущение чуда и горьковатой радости...

Миша буквально за какой-то месяц сумел стать для меня родным и близким настолько, что я просто не мыслила своей жизни без него. Тогда мне казалось, что я нашла свое счастье. Но случилось так, что через какое-то время мы расстались по весьма банальной (но не для меня!) причине: Миша помирился с бывшей супругой ("ради ребенка, ты же понимаешь..."). Я долго не могла прийти в себя, но в итоге пережила и эти неприятности. А спустя год познакомилась со своим нынешним мужем - умным, надежным, теплым человеком. Но Михаила все равно вспоминала, часто сравнивала их, и сравнения не всегда были в пользу мужа.

Все в моей жизни шло своим чередом, но как-то мы с мужем очень сильно поругались (мне в какой-то момент так надоела будничность, серость, отсутствие новизны в отношениях). Причем закончилась ссора тем, что я, "собрав чемодан", с криком, что ухожу, потому что он не способен понять женщину и элементарно устроить ей праздник, дать радость и эмоции, навсегда хлопнула дверью квартиры. Тогда мне казалось, что муж меня не понимает и не ценит и не в состоянии дать мне тот эмоциональный накал страсти, который был с Мишей, что он ограниченный и совсем не романтичный...

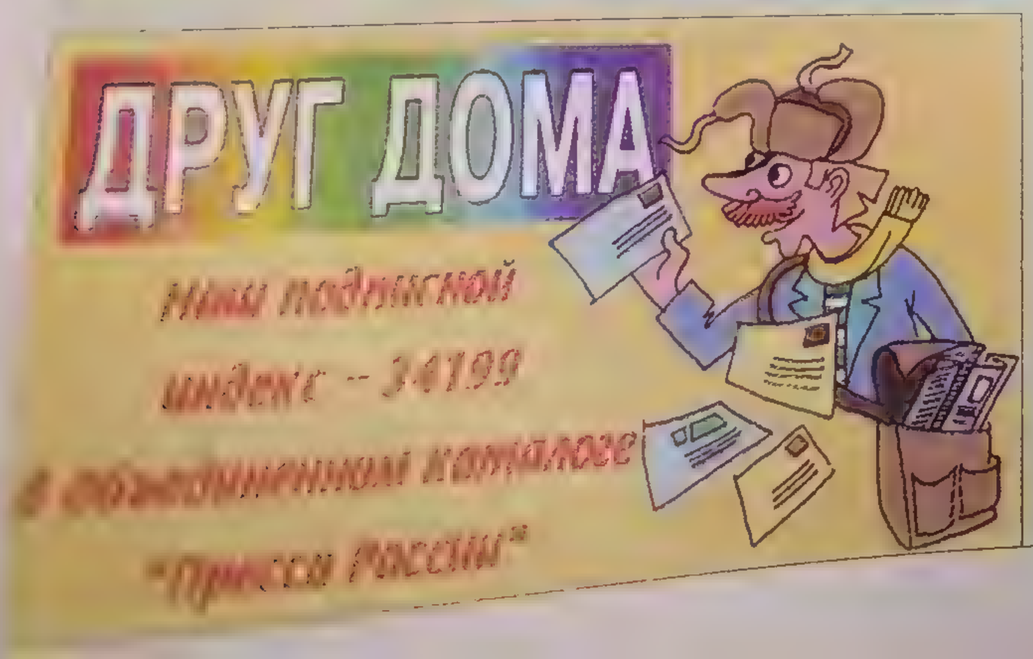
А тут все как-то одно к одному сложилось - я в тоске позвонила старой приятельнице, которая меня с Мишей познакомила, она тут же перезвонила ему (сообщив мне попутно, что он опять в свободном полете), и он не замедлил явиться пред мои очи. Я, конечно, жутко волновалась: как пройдет наша встреча и, если все получится, сделает ли он предложение на этот раз? В общем, с замиранием сердца я открыла дверь... и увидела слегка растрепанного Мишу. Сначала я даже растерялась - вроде тот, а вроде и не тот, что-то было не так... Он вошел, закрутил меня в охапку и начал нашептывать в ушко, как умел только он один, что ему меня не хватало, что я самая прекрасная, что теперь все будет просто замечательно, что ему никто, кроме меня, не нужен... И сразу все стало на свои места, и я опять наполнилась эмоциями и ощущениями. В эту ночь он остался у меня, а также на следующий день и на следующий...

А на третий день я поймала себя на том, что мне жутко не хватает моего мужа: терпеливого, умного, предсказуемого и такого земного-земного. Миша пел мне о любви и приносил цветы, но ему было совершенно все равно, есть ли что-то у нас в холодильнике на ужин и откуда я беру деньги на его любимые йогурты. Если у меня болела голова, он, бросив мне "полежи, дорогая", тут же садился к телевизору и не обращал на меня никакого внимания (чего никогда не было с мужем!). Он кидал куда ни попадя свои вещи и умудрился устроить погром в моей квартире - везде валялись фантики, окурки, носки, бумаги. А когда я сделала ему замечание, оскорбился: разве тебе мало моей любви? Зачем приплетать сюда прозу жизни! С моим семейным мужем, обожавшим дом, уют и меня целиком и полностью, все было по-другому. С ним мне было спокойно и уютно, и я уже корила себя за то, что купилась на какие-то дешевые эмоции и потеряла покой, лишилась безопасности и надежности. Дальше больше. Со временем он меня все сильнее раздражал, как какой-то недоразвитый ребенок. И я теперь совершенно искренне не понимала, как я могла сходить с ума по этому недотепе, фантазеру и вообще чужому для меня человеку. Какая же я была глупая! Я разочаровалась в нем окончательно.

В общем, однажды настал такой день, что я позвонила супругу, уговорила его встретиться и долго-долго каялась в своих грехах. На что он, простив меня, мудро заметил, что, во-первых, я наконец-то избавилась от иллюзий, ведь действительно нельзя войти дважды в одну и ту же реку. И, если на каком-то этапе нашей жизни появляется определенный человек, совсем не факт, что он подойдет нам через какое-то время, - ведь все мы меняемся, и со временем нам нужно совсем другое...

Муж Виктории на самом деле абсолютно прав. Возвращение к прошлому, как это ни печально, почти всегда приводит к разочарованию - ведь меняемся и мы, и наш бывший возлюбленный. К тому же человеку в такой ситуации свойственно идеализировать то, что было раньше. Недостатки и проблемы куда-то уходят, а остаются лишь приятные воспоминания. И когда через какое-то время происходит столкновение с реальностью - она оказывается, увы, совсем не такой, как мы ожидали. Поэтому здесь совет один - пусть прошлая любовь остается как ресурс, в приятных воспоминаниях прошлого. И, если настает в вашей жизни тяжелый момент - всегда можно мысленно уйти в это "убежище", вспомнить то, что было, и получить нужную дозу положительных эмоций. Воспринимайте это как сказку. Некое волшебство, которое было реальностью в вашей жизни, и не более того. И не стоит тащить бывшего возлюбленного в настоящую жизнь - вас ждут сплошные разочарования.

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.



ДЕВОЧКА, ДЕВУШКА, ЖЕНА...

- Недавно говорила со своей 10-летней племянницей и была поражена ее жизненными установками. "Вот закончу школу, поступлю в институт, окончу его, ну а там уже можно будет и ребенка...". Причем девочка не советовалась, не искала в разговоре со взрослым, как это часто бывает у детей, разрешения каких-то своих внутренних вопросов, а просто высказывала мысли вслух. Полистывая какой-то детский журнальчик, 10-летняя девочка уже решила, когда станет матерью. Причем даже мнение собственной матери по этому вопросу ее уже, по-видимому, мало интересует, - рассказывает психолог Тамара ПАВЛОВА.

Подумаешь, скажет кто-то, нашли проблему! Что толку, что мы, 30-40-летние, со школьной скамьи, начиная с восьмого класса, мечтали о принцах? А многие так сразу и выходили замуж, едва успевая получить аттестаты! Что мы видели, кроме пеленок-распашонок, в свои "самые лучшие годы"?! Пусть хоть дети "поживут в свое удовольствие"!

И они, к сожалению, так в основном теперь и живут... С детского сада родительницам педагоги, психотерапевты и воспитатели внушают: "Развивайте у ваших девочек способности! Определите приоритеты! И делайте акценты только на них! Ни в коем случае - ни-ни! - не заставляйте!" То есть не хочет дочка мыть посуду или помогать вам мести полы - это у нее не лень, а способности, значит, другие... "Какие?" - спросит родительница. Ей покажут непонятные тесты.

Вот и таскают бедных Тань и Маш, Оль и Ир на развивающие танцы, хоровое пение, кружки английского. Хотя в семье и по-русски-то не всегда верно изъясняются и не знают, что такое сольфеджио, - не беда. У Тань и Ир наверняка проснется талант!

А он почему-то "не просыпается". Девочка исполняет на троечки гаммы и уносится в мечты, о которых мама даже не подозревает... Но [illegible] рассуждения.

Давайте не пугать себя с дво-

менных девиц? Взрослые говорят, что девушка "видит жизнь в розовом свете". Так что "лучше уж пусть окончит институт, получит диплом и тогда - замуж"! При этом подразумевается материальный расчет: выучится - будет зарабатывать деньги.

Беда в том, что природу не переломишь. Годам к 23-24 в девушке или женщине укрепляется очень жесткая позиция. И время пластичного вхождения в семью, увы, для нее безвозвратно ушло.

лое, тогда наступает период ***согласований***. Влюбленность как бы насыщается и иссякает. А новые возникающие в супружеской жизни "открытия" требуют выяснения от-

кой, в конце концов... Одна из причин, на мой взгляд, немаловажная, - это детсадовское воспитание. Его универсальность.

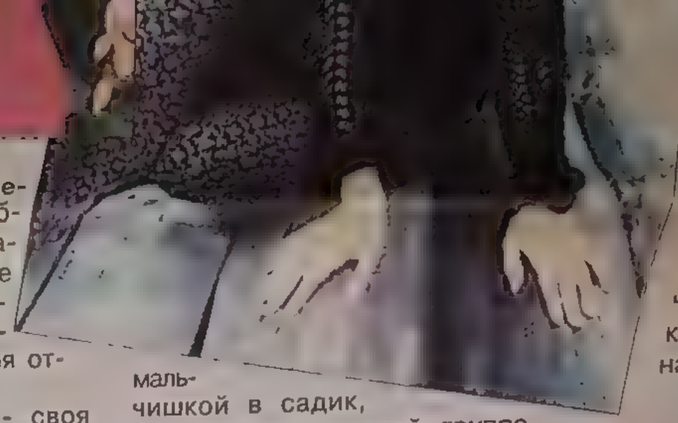
Не знаю, как вы, когда я прихожу за

рямляет спинку. Она находит общий язык с учительницей. А учительница - с ней. Ведь авторитарный метод правления не требует душевной отдачи, терпения, любви.

Все в классе, опять же и мальчишки, учительницу слушаются. Повзрослев, такая девочка становится девушкой, потом женой, ну и... начинает командовать мужем. Совсем как классический ротный командир: "Ужин! Я сказала!"

Если вас в детстве безумно любила бабушка и не позволила отдать в сад, вам, вашим детям и внукам здорово повезло. О, великая и могучая сила бабушкиной любви! Она на всю жизнь оставила кому-то запах пасхального кулича, кому-то - слоеных пирожков с капустой, теплые носочки, хрустящую квашеную капусту. Как странно! Никто из нас, взрослых, не помнит, как в детстве наказывала бабушка...

Сегодня бабушки, которые живут своими внуками, почему-то почти перевелись. Законное право воспитывать ребенка до 3 лет матери тоже зачастую не используют. Идут работать, так как нужны деньги. Мамы "сами себе хозяйки". А бабушки? Они тоже ходят на работу. Или на садовые, или на избирательные участки. На первых они поливают помидоры, на вторых - выясняют отношения между кандидатами и членами избирательных комиссий. Такие время-на нынче пошли.



ги. Мамы "сами себе хозяйки". А бабушки? Они тоже ходят на работу. Или на садовые, или на избирательные участки. На первых они поливают помидоры, на вторых - выясняют отношения между кандидатами и членами избирательных комиссий. Такие времена нынче пошли...

Записала Ирина СТАНИСЛАВОВА.

это так, сторонние рассуждения.

Давайте не путать себя с дворянками XIX века. Современной родительнице льстит, что чадо "что-то пропело". Как точно и хорошо - об этом мамаша не догадывается. Важно, что дочь получает, как принято считать, хорошее образование. Но какое воспитание получают при этом подрастающие Наташи Ростовы - никто из родни не задумывается.

А в садах и школах сейчас редко, увы, воспитывают. Детей в основном развивают. Это такое новое демократическое направление.

Между тем "в дворянском веке" не только и не просто учили "фортепьянам". И, кстати сказать, далеко не всех. Но даже тех, кого учили музыке, учили еще также и приседать - при всех, при мужчинах и мальчишках своего возраста тоже, между прочим. Тогда смирение и послушание не считалось атавизмом.

На Руси издавна заметили, что девушка должна выйти замуж строго в 18 лет. И наши прабабушки так в основном и поступали по воле родителей и родни. Ведь если девица засиделась "в горнице" дольше, она считалась потерянной для замужества. Почему? Да потому, что в 18 лет психика девушки очень пластична. Не случайно самые романтические, оставляющие память на всю жизнь влюбленности приходятся именно на этот возраст. Но как это отражается на судьбе многих современных девушек?

Женщина не может уже быть хранительницей мира в семье. Потому что привыкла "быть сама себе хозяйкой". И многие современные юноши интуитивно чувствуют разницу между умненькой студенткой и наивненькой школьной выпускницей и стремятся создавать семью с последней. Она, 18-летняя девица безо всякого жизненного опыта, с радостью опирается на своего избранника. Способна уступать. Ее еще не сформировавшиеся стереотипы поведения помогают вместе с избранником строить семейные отношения динамично. И складывать их по кирпичику в первые самые сложные для молодых супругов три года.

В это время люди только начинают узнавать друг друга. Понимают, насколько они разные. Какие, оказывается, у них неодинаковые привычки, характеры, принципы! При этом оба супруга находятся еще в состоянии влюбленности. И когда обнаруживается, что у второй половинки помимо яркого, милого, "светящегося" есть в характере и что-то еще далеко "не светлое" и не милое, тогда наступает период согласований. Влюбленность как бы насыщается и иссякает. А новые возникающие в супружеской жизни "открытия" требуют выяснения отношений.

В этом периоде - своя динамика. Моменты глубокого спада, когда, кажется, "нет силы больше терпеть", чередуются с минутами (часами!) полного умиротворения. И все это продолжается в течение трех первых лет.

Семья, у которой достает "юной внутренней пластичности", за это время научается постепенно избегать ссор, находить моменты для примирения, обходить острые углы и - самое главное - чувствовать друг друга. Мудрая жена, натыкаясь на жесткость, старается смягчать ситуацию. В 21-24 года, в психологически очень жесткий период, в таких семьях разлады происходят с наименьшими потерями.

Сегодняшним молодым семьям, которые создаются заметно позже 20 лет, приходится труднее. На сложную динамику отношений первых лет становления накладывается жесткость отношений друг к другу. Отсюда печальная статистика разводов. Не научившись уступать, настраиваться друг на друга, молодые люди воспринимают любое трение как конфликт, любой недостаток "в половине" становится нетерпимым, неприемлемым, невыносимым.

А ведь будь молодая жена хоть чуточку примиримее, скольких разводов могло бы не быть.

Почему же молодая женщина-жена перестала быть хранительницей семейного очага, мира в доме? Просто хозяйкой в садик, мальчишкой воспитателя в нашей группе, как правило, нет. Дети играют сами. Конечно, как нормальные дети, оставшись без взрослых, шумят и шалят. И тут - внимание, важный момент! - чтобы "поддержать порядок", периодически возникающая воспитательница может применить только один метод воздействия - авторитарный: "Нука, быстро! Я сказала!" Этот административный, жесткий способ отношений запечатлевают наши дети в раннем возрасте. И мальчики, и девочки. Иногда в садах происходит полное подавление детской инициативы и подчинение. Кому? Женщине. Кому же еще? Женщина-воспитательница действует в основном своими женскими средствами - эмоциональностью. При этом, естественно, на эмоциональное - на женщину - быстрее реагирует девочка. И с младых, что называется, ногтей девочка запечатлевает эмоционально-психопатическое начало, причем подавляющее. Кстати, мальчики тоже воспитательницу вынуждены слушаться. И девочкам это постепенно начинает нравиться.

Идет такая девочка в школу. В первом классе ее опять встречает... кто? Учительница. Каких учеников любят учительницы? Послушных, умниц. Девочка старается. От "училки" теперь зависит, четверку или пятерку принесет маме. А за четверку мама не похвалит... Старательная девочка на приказ "Сядьте ровно!" первая вып-

НАДО СКАЗАТЬ

У меня почти не выделяется секрет влагалища во время полового акта, и сношение часто доставляет мне боль. Что можно сделать?

Л. Е. Рязань.

Возможно, это индивидуальная особенность вашего организма, а возможно, дело тут в каком-нибудь гинекологическом заболевании - ответ может дать только врач после соответствующих исследований. А в качестве временной меры можете при сношении использовать специальные презервативы со смазкой или разнообразные интим-гели. А самый простой способ - ввести перед половым актом во влагалище кусочек сливочного масла.

Михаил СЕМЕНОВ, врач-психотерапевт, кандидат медицинских наук.

БОЛЕЗНЬ ЛИ НАСМОРК?

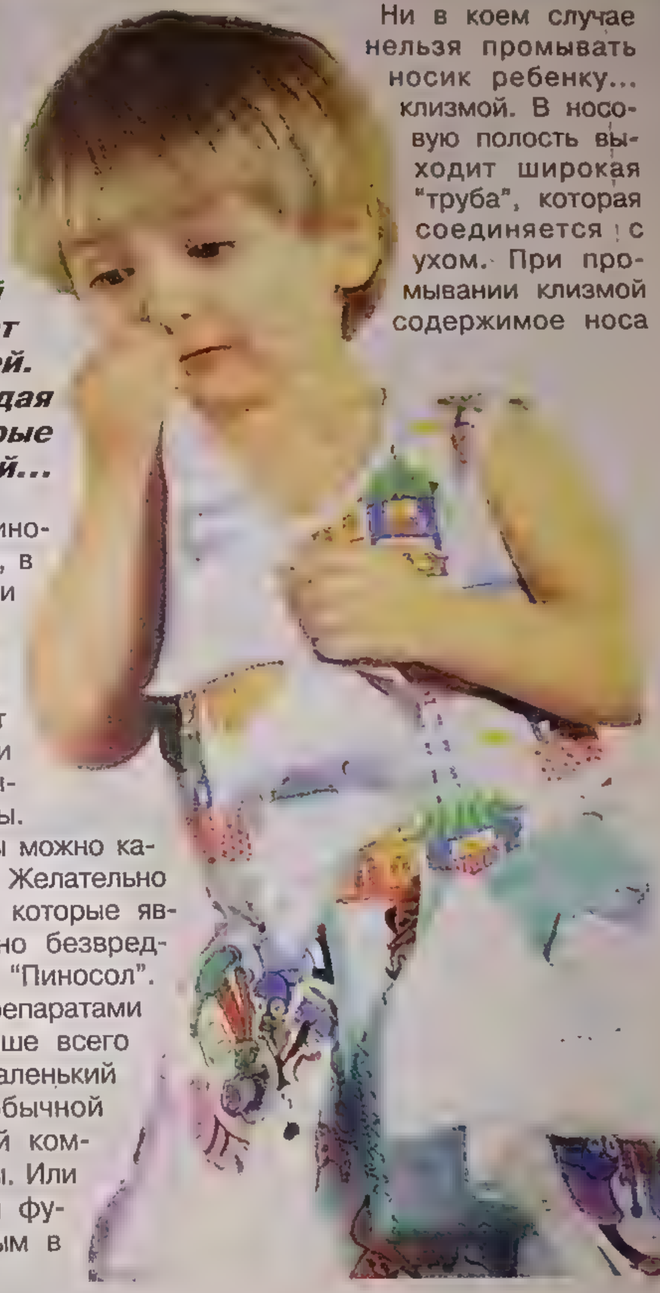
Что касается обычного насморка, у врачей есть такая шутка: если не лечить, пройдет через неделю, а если лечить - через семь дней. Бороться с насморком или не бороться, каждая мама решает по-своему. Есть мамы, которые просто не выносят вида своих сопливых детей...

Между тем следует признать: то, что мы подразумеваем под словами "обычный насморк" - это тоже вирусное поражение, которое ограничивается полостью носа. Простой насморк при начальной вирусной инфекции может сопровождаться чиханием, кашлем, першением в горле. При подобных симптомах желательно не употреблять никакие лекарства без разрешения врача. Но хочу сказать, самое главное - не применять самостоятельно, не посоветовавшись с врачом, препарат "Називин". Его очень часто используют родители сами и почему-то считают возможным давать это же лекарство и ребенку. Но этот препарат может воздействовать и на сосуды головного мозга и вызывать иногда при неправильном употреблении даже отравление: ребенок может попасть в реанимацию. По этой же причине все сосудосуживающие препараты, которые воздействуют на слизистую носа, нужно принимать только с разрешения врача.

Если насморк не сопровождается температурой, у ребенка сохраняется хороший аппетит, малыш не вялый, не слабеет, то в таком случае можно полечить его домашними средствами. Хороши отвлекающие теплые ножные и ручные ванны, теплое питье.

Если ребенка знобит, допустим, он промок, а температура не повысилась, то можно дать попить горячего чайку. Если озноб сопровождается повышением температуры, особенно резким, горячий чай с малиной (зимой это обычно малиновое варенье, где сиропа с сахаром больше, чем ягод) не нужно давать пить ребенку. Хотя малина и содержит аспиринподобные вещества, в сахарном сиропе они не очень хороши для больного маленького ребенка. Такой чай может вызвать аллергию и еще большее повышение температуры.

Какие препараты можно капать малышу в нос? Желательно ограничиться теми, которые являются относительно безвредными, такими, как "Пиносол". Или же другими препаратами с маслами. Но лучше всего просто промыть маленький носик. Чем? Да обычной минеральной водой комнатной температуры. Или готовым раствором фурацилина, купленным в аптеке.



Ни в коем случае нельзя промывать носик ребенку... клизмой. В носовую полость выходит широкая "труба", которая соединяется с ухом. При промывании клизмой содержимое носа можно "протолкнуть" в эту соединенную с ухом "трубу". В ушной полости от этого запросто может возникнуть отит - заболевание уха. Поэтому капать в нос можно только из пипетки. Набрав полную пипетку, попробуйте промыть носик ребенку. Раз, другой...

В самом начале вирусных заболеваний хорошо закапать в нос интерферон, по 2-3 капли в каждую ноздрю через каждые 2-3 часа. Интерферон действует именно как противовирусное средство. Кроме него медицина использует в качестве противовирусной терапии еще виферроновые свечи. Но их применять можно только по назначению врача.

Хочу еще заметить - не так страшен вирус, как неправильная борьба с первыми его признаками. Обильное теплое питье, спокойный сон, постельный режим, частое промывание носа, полоскание горла и теплые ванночки - все эти меры могут оказаться эффективными "стражами" у постели вашего ребенка. Гораздо более сильными, чем лихорадочно выпитая "ударная" таблетка. Снова хочу подчеркнуть: антибиотики сегодня на вирусы практически не действуют.

Мила ШИМАНСКАЯ,
врач-педиатр.

УКРЕПЛЯЙТЕ ВАШИ КОСТОЧКИ

Можно ли вылечить молочницу на шестом месяце беременности?

Светлана ПАНФИЛОВА.
г. Петушки
Владимирской области.

ЛЕЧИТЕСЬ

ДЕВИЧЬЯ НЕМОЩЬ

Моей внучке 13 лет, она часто падает в обморок. Почему?

Валентина РУЖНИКОВА.
г. Усолье-Сибирское
Иркутской области

Причин такого состояния может несколько. Наиболее вероятно,

УКРЕПЛЯЙТЕ ВАШИ КОСТОЧКИ

Всякий раз исследователи-медики добавляют новые факты к уже доказанному благотворному воздействию физических упражнений на организм человека. На этот раз Американская национальная академия наук выступила с рекомендациями, касающимися предупреждения остеопороза - истончения и разрыхления костной ткани организма, которым страдают 28 миллионов американцев, причем 80 процентов из них - женщины.

Исследователи обращают внимание на первостепенную важность поддержания в организме достаточного уровня кальция и способствующего его усвоению витамина D. Они рекомендуют ежедневное потребление с пищей кальция до 1000-1300 миллиграммов, что в три раза выше по сравнению с прежней рекомендацией. Знайте: норма потребления витамина D теперь определена в 600 условных международных единиц (1 стакан молока содержит 300 миллиграммов кальция, или 100 условных единиц витамина D).

Однако не забывайте, что подобно тому, как калорийная пища в отсутствие физических упражнений не приведет к наращиванию мускульной массы, так и потребление в достаточном количестве кальция и витамина D не улучшит состояние костей без физической нагрузки.

Для укрепления костной ткани наилучшими признаны два вида физических упражнений: преодоление силы притяжения собственного тела и сопротивление дополнительной тяжести. К первому относятся ходьба, особенно по лестнице, танцы, теннис. Ко второму - поднятие тяжестей. Наиболее эффективным для укрепления костей считается второй вид. Если регулярные упражнения первого вида повышают плотность костной ткани на 10 процентов по сравнению с теми, кто не прибегает к физическим нагрузкам, то поднятие тяжестей повышает этот показатель до 30 процентов. При этом признана предпочтительность максимальных по весу нагрузок. Поднятие 8-10 раз тяжелой гири дает больший результат, чем длительные упражнения с легкими гантелями.

Рекомендации по поддержанию должного состояния костной ткани разбиты по этапам развития вашего организма.

Костная масса достигает своего максимума в возрасте от 20 до 30 лет, и в этот период целесообразны ежедневные интенсивные нагрузки по 30-60 минут (предпочтительны бег, волейбол, футбол).

В возрасте от 30 до 40 лет начинается процесс потери костной массы примерно на 1 процент ее веса в год. В этом возрасте предпочтительнее 30-минутные нагрузки типа ходьбы и по лестнице 5 раз в неделю и 30-минутное поднимание тяжестей 2-3 раза в неделю.

В 45-55 лет происходит наибольшая потеря костной массы, достигающая у женщин 20 процентов. Продолжение физических упражнений обоих видов в особых случаях должно сопровождаться медикаментозным лечением.

В возрасте свыше 60 лет утрата костной массы у мужчин и женщин происходит одинаковыми темпами. В этом возрасте предпочтительна ежедневная 30-минутная ходьба и посильное поднятие тяжестей дважды в неделю. Большое значение приобретает дополнительное принятие кальция и витамина D.

Заключительное напоминание страдающим низкой плотностью костной ткани позвоночника: избегайте упражнений, связанных с наклоном вперед, и резких поворотов.

Олег ПИВОВАРОВ.

Можно ли вылечить молочницу на шестом месяце беременности?

Светлана ПАНФИЛОВА.
г. Петушки
Владимирской области.

ЛЕЧИТЕСЬ СПРИНЦЕВАНИЕМ

Можно и даже нужно. Причем именно до родов. Но вот каким образом вы это будете делать, решать должен врач-гинеколог, наблюдающий за течением беременности. Дело в том, что антигрибковые препараты, в большом количестве имеющиеся в аптеках, могут дать различные побочные эффекты, которые ни вам, ни плоду совершенно не нужны. Также по возможности старайтесь не злоупотреблять антибиотиками. Но в любом случае следует делать спринцевания настоем ромашки, протарголом, каларголом.

ПЕЙТЕ ЧАЩЕ ЧАЙ С ЛИМОНОМ

Как вылечить головную боль на фоне гипотонии? И как можно поднять давление, не прибегая к медикаментам и кофе?

Елена ЛОБАНОВА.
пос. Кварзангский
Архангельской области.

Во-первых, вам необходимо выяснить причину гипотонии, ведь именно из-за нее вы страдаете головными болями.

Обратитесь к невропатологу или терапевту, сдайте анализы на уровень гормонов, гемоглобин, содержание белков. Зачастую, особенно у женщин, низкое давление бывает обусловлено недовыработкой какого-либо гормона. Возможно, в результате лечения удастся нормализовать давление и как следствие - избавиться от головной боли. А пока попробуйте поддерживать давление с помощью чая с лимоном, шоколада, лимонника, элеутерококка и других биостимуляторов.

ДЕВИЧЬЯ НЕМОЩЬ

Моей внучке 13 лет, она часто падает в обморок. Почему?

Валентина РУЖНИКОВА.
г. Усолье-Сибирское
Иркутской области.

Причин такого состояния может быть несколько. Наиболее вероятно, что это так называемая девичья немощь, связанная с появлением менструации, установлением цикла. С другой стороны, это могут быть проблемы с вегетососудистой дистонией, энцефалопатией, просто общим ослаблением организма. Поэтому, во-первых, необходимо сдать анализ крови на гемоглобин, сделать рентген черепа (особенно если были родовые или черепно-мозговые травмы) и обратиться за консультацией к невропатологу и терапевту. Также необходимо наладить режимы сна (сон должен быть полноценным, а не 3-4 часа в день) и питания (никакой борьбы с калориями). Обязательны прогулки и витаминный комплекс. И если специалисты не обнаружат функциональных отклонений, то с большой долей уверенности можно сказать, что это просто возрастное явление и со временем все пройдет.

ПОВЕРНИТЕСЬ НА БОЧОК

Подскажите средство от храпа.

Надежда НОРКИНА.
г. Нижний Тагил
Свердловской области.

Если храп только появился, то это может свидетельствовать об обострении заболеваний носовой полости (например, аденоидов, миндалин). Пройдя курс лечения у лор-врача, вы сможете избавиться и от болезни, и от храпа.

Но чаще всего храп появляется после 40 лет у подавляющего большинства и вызван ослаблением связок, отечностью дыхательных путей. Сделать с этим, увы, ничего нельзя. Поэтому единственный выход - повернуть храпящего на другой бок или каким-либо другим способом изменить его положение, чтобы изменилось направление выдыхаемого воздуха, и храп если не прекратится совсем, то станет более терпимым.

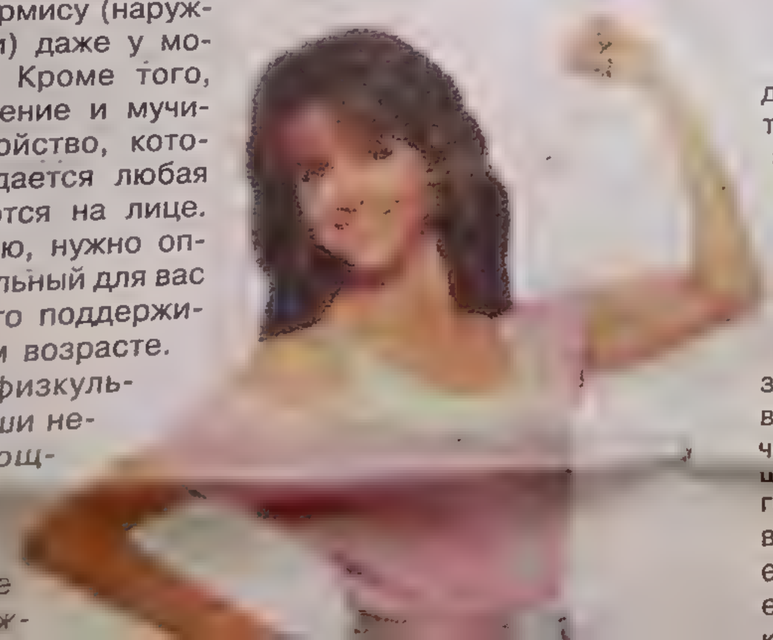
Андрей САСИН, врач.

Мало найдется людей, не знающих Джейн Фонду, которой в свои "за 50" удалось сохранить очарование, пластику, грацию. Недавно во Франции вышла ее книга "Прекрасный возраст для женщины", где актриса делится рецептами ухода за собой, благодаря которым многие называют ее "неувядаемой". Предлагаем нашим читательницам некоторые секреты "молодой кожи" - этого первого показателя возраста человека.

ВОСЕМЬ СЕКРЕТОВ ДЖЕЙН ФОНДЫ

1. Осторожно: диета

Имейте в виду, что желание сбросить вес с помощью продолжительной диеты довольно часто ведет к преждевременному старению кожи. Ведь с уменьшением калорий большинство известных диет одновременно ограничивает большую часть витаминов, микроэлементов, аминокислот, необходимых для поддержания кожи в здоровом состоянии. Поэтому если до похудания кожа обтягивала лицо, шею, то после этого она, естественно, отвисает, что наносит непоправимый вред эпидермису (наружному слою кожи) даже у молодых женщин. Кроме того, нервное напряжение и мучительное беспокойство, которыми сопровождается любая диета, сказываются на лице. По моему мнению, нужно определить оптимальный для вас вес и после этого поддерживать его в любом возрасте. Не забывайте: физкультура и спорт - ваши незаменимые помощники.



2. Лучший лосьон

[illegible] великое [illegible] и каж-

воду. Пейте по меньшей мере 5-6 чашек в день, не считая жидкости в супах и фруктах. Вода растворит токсины, будет благоприятствовать их выводу через кожу.

4. Не делайте гримас!

Помните: гримасы усиливают уже наметившиеся морщины. Это, однако, не значит, что вы должны сдерживать свою улыбку или бояться пошевелить веками. Нужно только обращать внимание на то, чтобы черты лица не растягивались непроизвольными гримасами, когда вы смотрите ТВ, читаете, рабо-

После этой несложной процедуры ваша кожа непременно станет свежей и помолодевшей. А вот рецепт маски, которую я готовлю для себя: добавьте немного воды в чашечку с кукурузной мукой. Смесь размешайте пальцами и круговыми движениями нанесите на лицо и шею. Маску снимите с помощью тампона из ваты, пропитанного водой комнатной температуры.

6. Питательные маски

Идеальное время для использования питательных масок - сразу же после удаления очищающей. Если на это нет времени, воспользуйтесь хотя бы питательным кремом. Я разработала собственный рецепт питательной маски - знакомые и незнакомые дамы, решившие им воспользоваться, довольны, из чего я делаю вывод: это хорошо не только для меня. Она готовится вами лично на основе проросших злаков, улучшает кровообращение, закрывает поры, стимулирует и питает кожу.

выхожу на улицу, бегаю или делаю гимнастику (можно потанцевать). Выделение пота и физические нагрузки в сочетании с "примочками" очень быстро устраняют отеки. Однако знайте - этот метод не помогает, если мешки под глазами вызваны аллергией, воспалительными процессами, насморком или чем-то подобным.

8. Следите за кровообращением

Один из эффективных спо-

все тело, в том числе и грудь (ее надо растирать круговыми движениями). Чем больше покраснеет тело, тем лучше вы его растерли, и кровь усиленно прилила к эпидермису. Но при этом старайтесь не поранить кожу.

Подобные растирания не только улучшат кровообраще-

ние, но и отделят [illegible] шие клетки кожи, а [illegible] бане или даже в ванной [illegible] чательно их устранит. Не [illegible] бывайте тщательно [illegible] вать губку после [illegible]

К

"ВЕРА" ВСЕЛЯЕТ НАДЕЖДУ

Любая болезнь не приносит ничего, кроме страданий. А заболевания прямой кишки кроме физической боли доставляют немало моральных мук хоть и ложного, но вполне понятного стыда. Именно поэтому к врачу - такие больные обращаются настолько поздно, что, кроме скальпеля хирурга, помочь многим из них уже нечем. Стоит ли доводить себя до такого состояния? Стоит ли запускать болезнь? Вопросы, конечно, риторические. К сожалению, подобные "деликатные" болезни сейчас не редкость. И если уж "болячка дает о себе знать, надо принимать меры сразу. Так что к врачу, так или иначе, идти придется. И лучше этот визит не откладывать. Врач точно определит диагноз и назначит лечение. А вот лечебные процедуры есть возможность проводить дома самому: комфортно и без лишних глаз. В этом вам и поможет **"ВЕРА"**.

Устройство **"ВЕРА" (ППК)**, предназначенное для теплового лечения заболеваний прямой кишки, например геморроя, уже несколько лет успешно помогает всем страждущим. И наши читатели давно и хорошо с ним знакомы. Сейчас на предприятии начат выпуск нового, более эффективного устройства термомагнитного лечения заболеваний прямой кишки **"ВЕРА" (УТМпк-01)**. В новом приборе лечение осуществляется путем одновременного воздействия теплом и импульсным магнитным полем с помощью соответствующего по форме термомагнитного зонда, вводимого в прямую кишку. В результате ускоряются обменные и восстановительные процессы в тканях и улучшается местное кровообращение. Это способствует снятию болей, ликвидации воспалительного процесса, заживлению трещин. Использование **"ВЕРЫ" (УТМпк-01)** не исключает одновременного применения лекарственных средств. Наоборот, устройство усиливает их эффективность, и потому лечение идет быстрее и успешнее, а терапевтический эффект длится дольше.

Не дайте болезни одержать над собой верх!

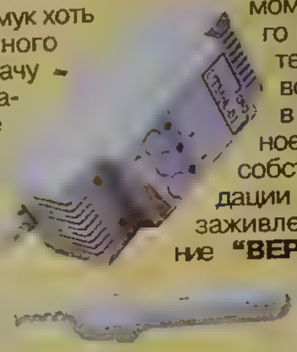
*Новая **"ВЕРА"** - реальная возможность избавить себя от мучений.*

Стоимость **УТМпк-01** наложенным платежом около **2383 рублей**. Если эта цена для кого-то окажется "неподъемной", у вас еще есть возможность приобрести более дешевый ППК-01 (около 870 руб.).

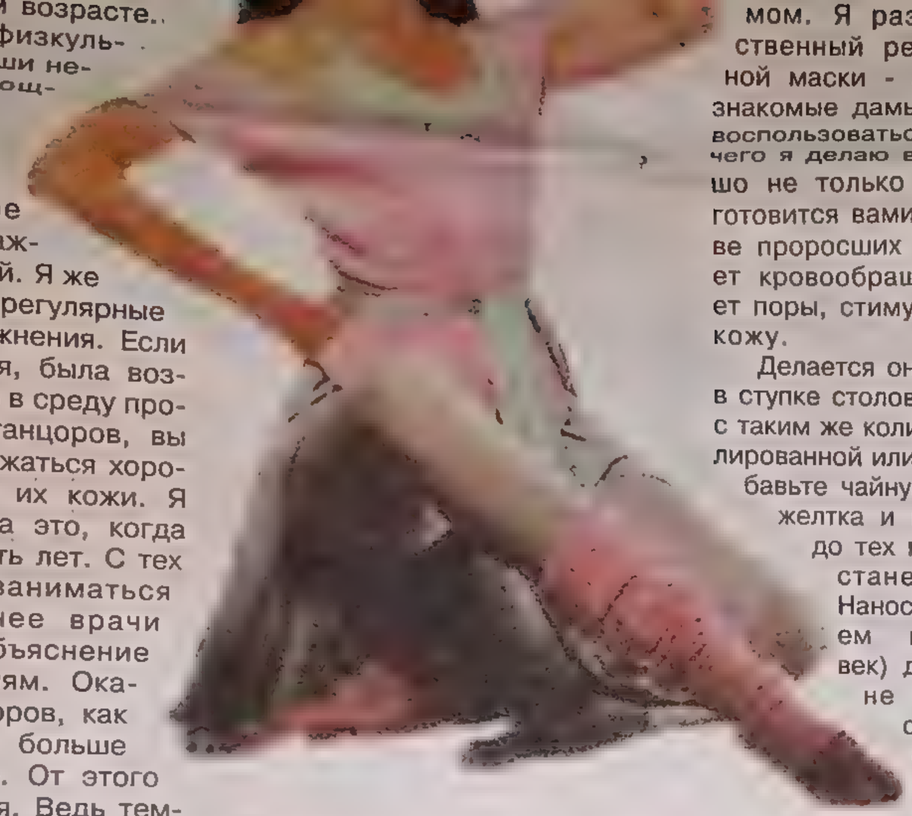
Заявки направляйте по адресу:
391351, Рязанская область, г. Елатьма, ЕПЗ, заказ 8961.
Тел. **(09131) 2-04-57, 4-38-29.**
Пишите, звоните - специалисты завода обязательно ответят на все Ваши вопросы и вышлют дополнительную информацию.
E-mail: **epz@elat.ryazan.zu**
Адрес в интернете: **www.elamed.com**

ELAMED

Товар сертифицирован.
Лицензия № 42\2001-0675-0479 от 22.10.2001 г.



Не забывайте: физкультура и спорт - ваши незаменимые помощники.



2. Лучший лосьон

Их великое множество, и каждая выбирает свой. Я же убеждена: это - регулярные физические упражнения. Если у вас, как у меня, была возможность попасть в среду профессиональных танцоров, вы не могли не поражаться хорошему состоянию их кожи. Я впервые заметила это, когда мне было двадцать лет. С тех пор и начала заниматься танцами. Позднее врачи дали научное объяснение моим наблюдениям. Оказывается, у танцоров, как и у спортсменов, больше коллагена в коже. От этого она более плотная. Ведь температура у них во время репетиций или тренировок повышается на много градусов. Медики считают, что такое колебание температуры благоприятствует выработке коллагена.

3. "Суперкосметика"

Женщинам сорока и более лет рекомендую пользоваться следующими "суперкосметическими средствами", которые сохранят вам здоровую кожу:

- витамин А. Он способствует "подкармливанию" клеток;

- витамины группы В. Они предотвращают трещины и шелушение кожи;

- витамин С. Восстанавливает кожу, необходим для выработки коллагена;

- витамин Е. Предохраняет кожу от окисления, способствует более быстрому заживлению ран и ранок;

- вода. Мы говорим, что кожа "питается" витаминами. Но не стоит забывать самого лучшего друга эпидермиса - физические нагрузки в сочетании с "примочками" очень быстро устраняют отеки. Однако знайте - этот метод не помогает, если мешки под глазами вызваны аллергией, воспалительными процессами, насморком или чем-то подобным.

таете или думаете. Привыкайте следить за собой: не опускаете ли уголки губ, не стискиваете ли губы. Эти непроизвольные и ненужные движения губ с течением времени приводят сначала к появлению незаметных морщин, а потом и более глубоких.

5. Чистите свою кожу

Чтобы хорошо, основательно почистить кожу, воспользуйтесь маской для ее очищения от омертвевших клеток. Такую маску применяйте раз в 2-3 недели. Все зависит от времени, которым вы располагаете, и состояния вашей кожи.

Перед тем как наносить маску, сделайте "парную" для кожи лица. Для этого на 5 минут наклонитесь над кастрюлей с кипящей водой. Голову покройте большим махровым полотенцем, плотно укутайтесь им со всех сторон, не упуская пар. В воде не забудьте развести немного ромашки. Часть стекающего пота снимайте марлей, но полностью не вытирайте. После этого толстым слоем нанесите маску на все лицо, кроме глаз и мест вокруг них.

мом. Я разработала собственный рецепт питательной маски - знакомые и незнакомые дамы, решившие им воспользоваться, довольны, из чего я делаю вывод: это хорошо не только для меня. Она готовится вами лично на основе проросших злаков, улучшает кровообращение, закрывает поры, стимулирует и питает кожу.

Делается она так: разотрите в ступке столовую ложку злаков с таким же количеством дистиллированной или талой воды. Добавьте чайную ложку яичного желтка и взбивайте смесь до тех пор, пока она не станет однородной. Наносите слой за слоем на лицо (кроме век) до тех пор, пока не истратите всю смесь. Держите ее 20 минут, а затем снимите при помощи влажной марли, полоская ее в холодной воде после каждого вытирания. В заключение - холодное умывание и питательный крем.

7. Отеки под глазами

Возраст дает о себе знать, а потому каждое утро мы просыпаемся с отекшими глазами. Отеки усиливаются, если вечером вы поздно ложитесь или перед сном выпили больше стакана пива, рюмки вина, 50 г виски, а также поели тяжелую жирную пищу. Вообще-то лично я с этим мирюсь, зная, что в течение дня отечность исчезает. Но когда предстоят ранние съемки, жесткий их график заставляет что-то предпринять. Так что пришлось разработать собственный способ борьбы с этим злом.

С вечера замачиваю в воде два пакетика чая и кладу их в холодильник. Утром, как только просыпаюсь, первым делом беру эти пакетики и кладу на веки. Лежу так минут 5, после чего мажу лицо кремом,

8. Следите за кровообращением

Один из эффективных способов улучшить кровообращение - делать растирания тела перед баней сухой губкой из натурального материала. Для этого воспользуйтесь щеткой из щетины (мой обычный инструмент). Хорошенько разотрите краснеет тело, тем лучше вы его растерли, и кровь усиленно прилила к эпидермису. Но при этом старайтесь не поранить кожу.

Подобные растирания не только улучшат кровообращение, но и отделят омертвевшие клетки кожи, а мытье в бане или даже в ванной окончательно их устранит. Не забывайте тщательно промывать губку после каждого растирания и хорошенько просушивать ее до следующего сеанса.

Подготовил Владимир МИХАЙЛОВ.

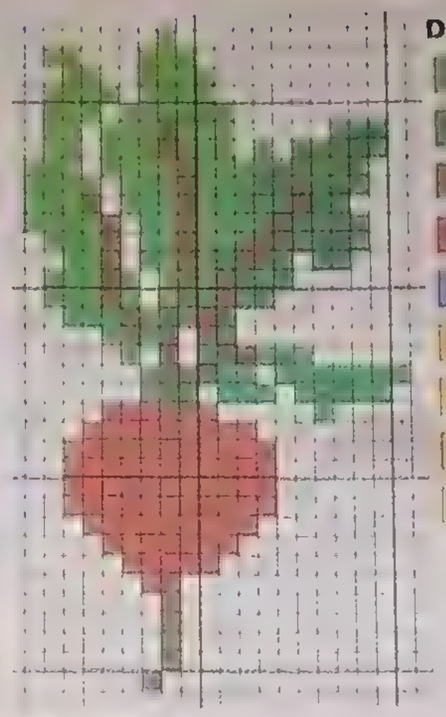
СНИМИТЕ УСТАЛОСТЬ С ЛИЦА

Предположим, вам надо идти в гости или театр. И все вроде бы для этого готово: и косметика на туалетном столике, и наряд разложен на кровати. Словом, осталось только подкраситься, одеться - и вперед. Но, подойдя к зеркалу, вы начинаете в этом сомневаться, так как лицо оставляет желать лучшего, и вы уже готовы отказаться от запланированного выхода в свет.

Не берите в голову. Есть средства быстро снять усталость с лица. Для этого достаточно сделать сменные компрессы. Заварите ромашковый, мятный или липовый чай, процедите, еще раз подогрейте и горячим залейте в миску. Рядом поставьте миску с холодной водой и положите в каждую чистую тряпочку. После этого прилягте, возьмите тряпочку из миски с горячим чаем, отожмите и положите на лицо. Через 2 минуты замените ее тряпочкой из миски с холодной водой. Смену компрессов повторите 3 раза, причем последний холодный компресс держите в течение 5 минут.

Но это еще не все. Для полного освежения лица приведите в порядок кожу вокруг глаз. На закрытые веки положите на 5-10 минут ломтики сырого картофеля. После этого обработайте лицо дневным или вечерним косметическим молочком и смело идите в театр или на свидание.

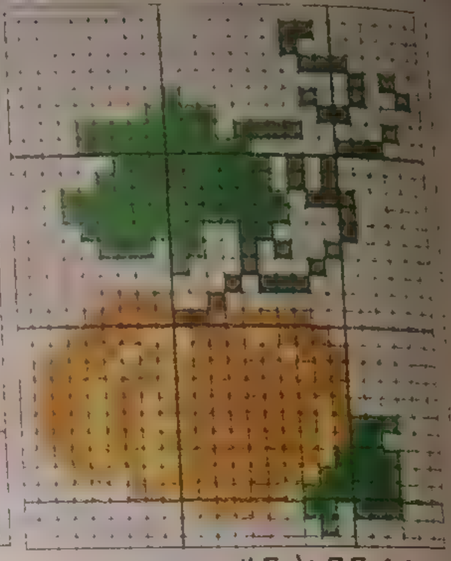
Татьяна ГУРЬЕВА.



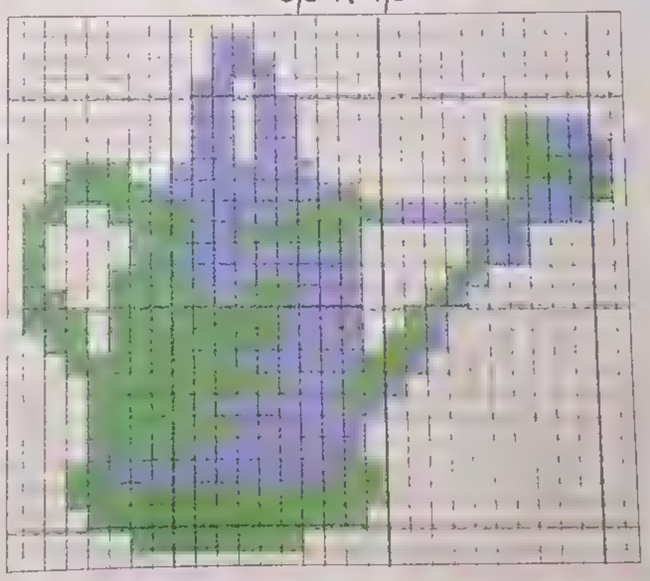
DMC
705
987
434
666
793
741
973
436
744

4,5 X 6,5 cm

4,5 X 5,5 cm



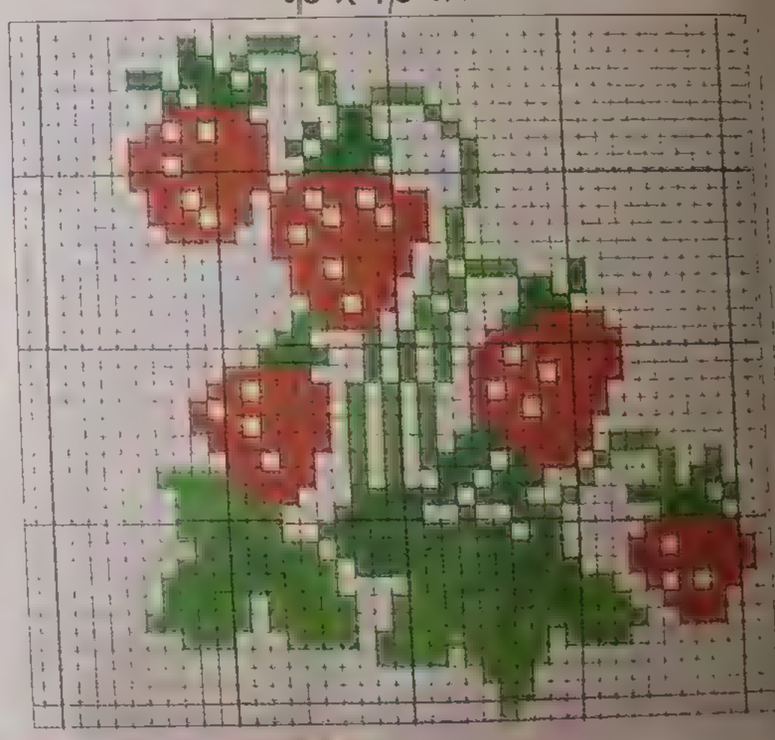
4,5 X 5,5 cm



5,5 X 4,5 cm

DMC
987
703
666

6,5 X 7,5 cm

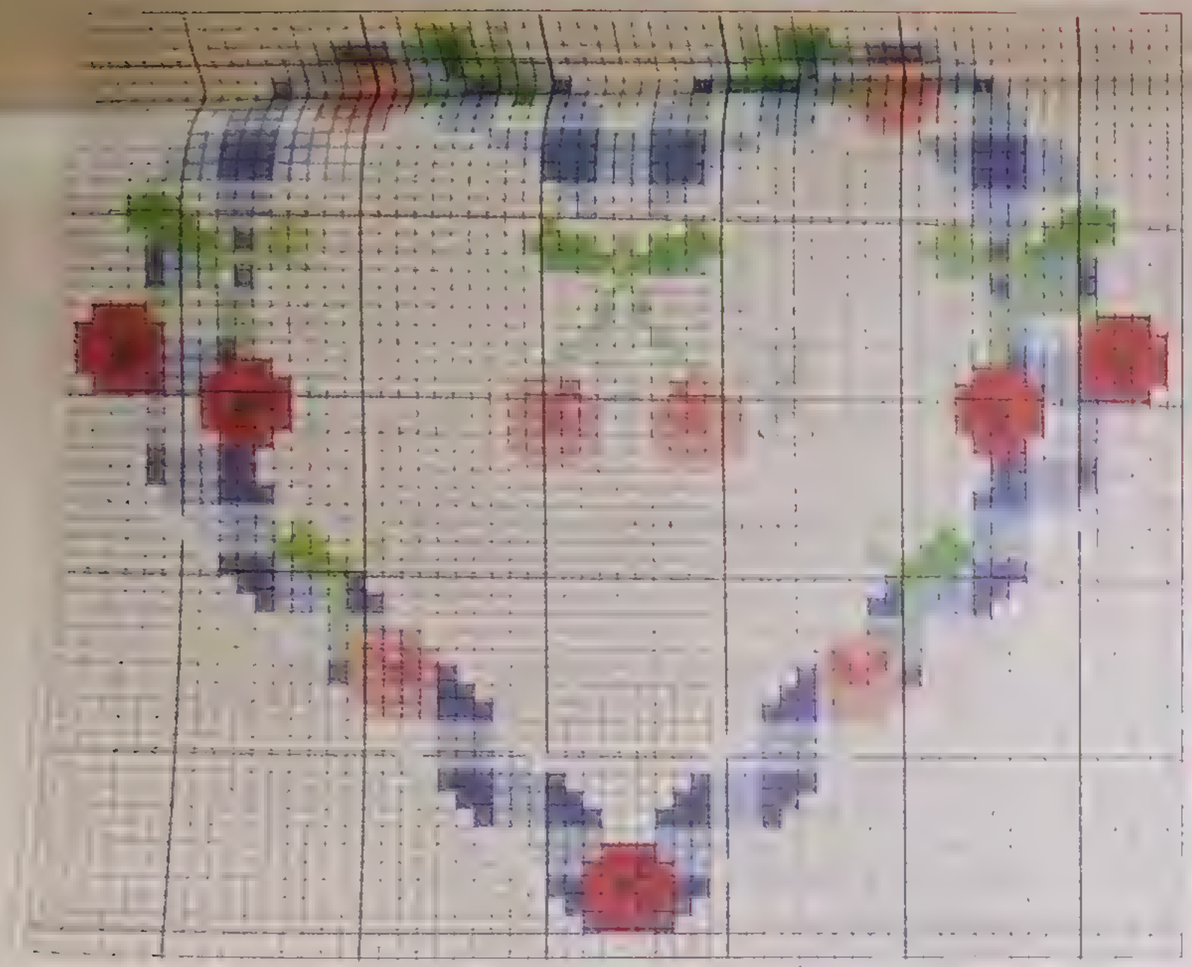


УКРАСИМ КУХНЮ ВИШНЕЙ

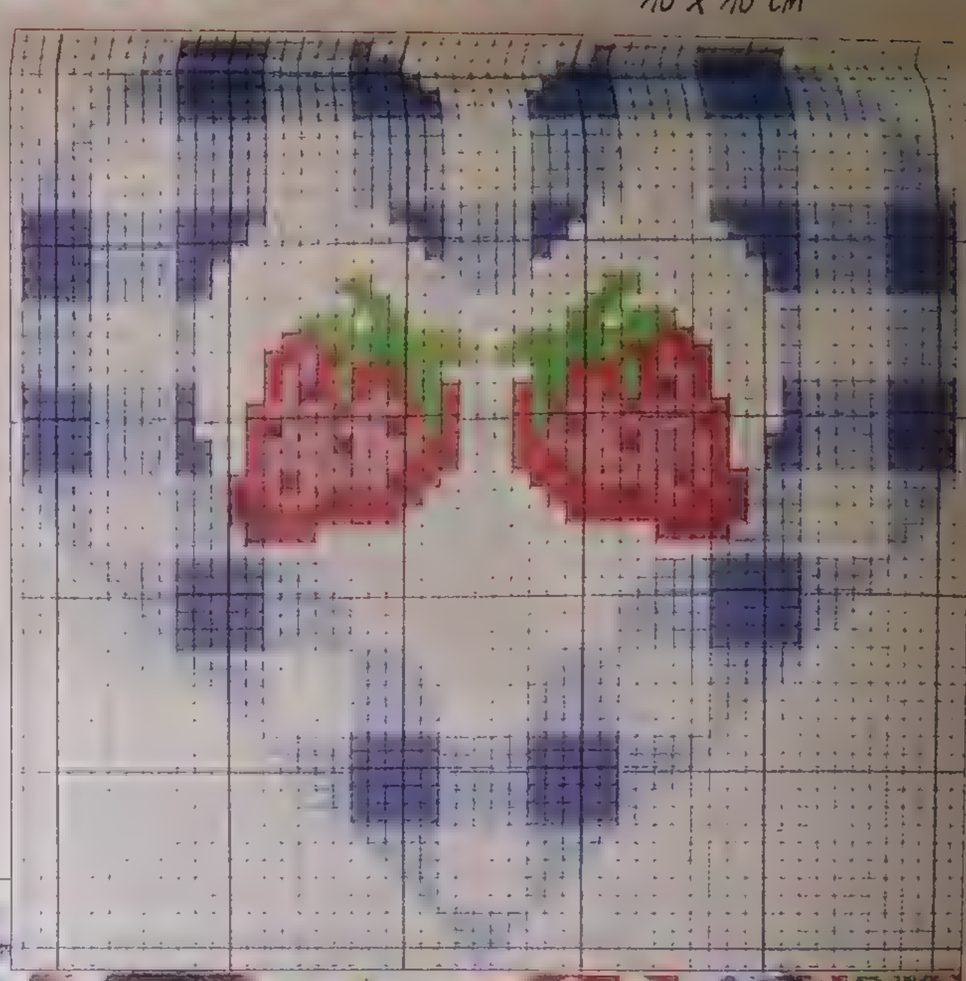
DMC
311
800

10 X 10 cm

УКРАСИМ КУХНЮ ВЫШИВКОЙ

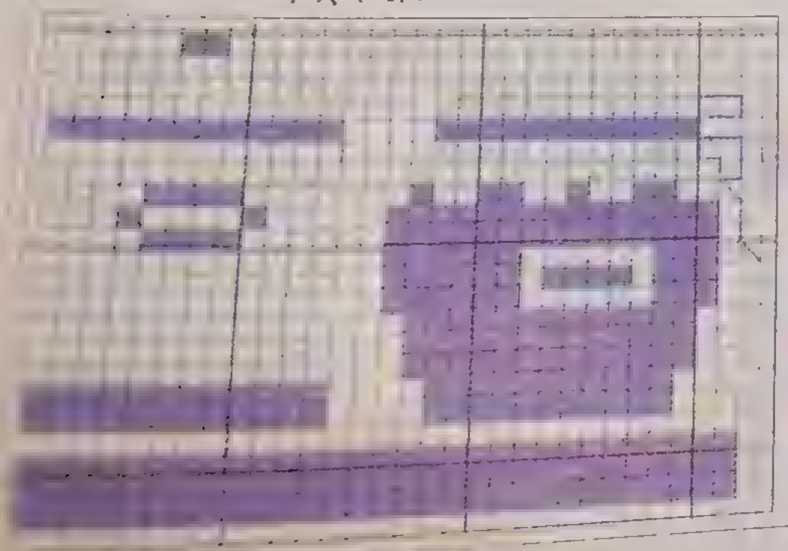


11 X 10 cm

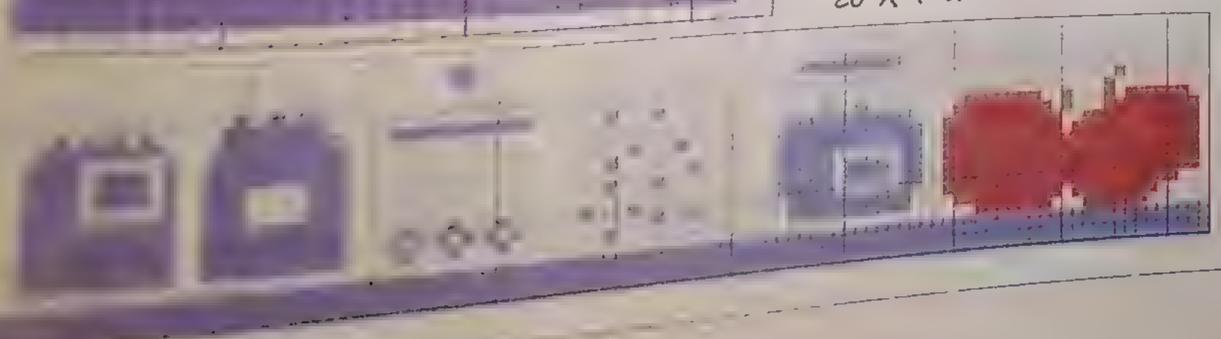


10 X 10 cm

7 X 4 cm



20 X 4 cm



Каждой хозяйке хочется иметь красивую нарядную кухню. Самый простой способ добиться этого - разнообразить интерьер симпатичными полотенчиками и салфеточками, украшенными вышивкой.

Ольга ЦАПЛИНА, дизайнер.

УЮТНЫЕ ПИНЕТКИ

Для малыша очень важно, чтобы ножки всегда были в тепле. А проще всего это сделать, связав ему красивые теплые пинетки. Чтобы их связать, вам понадобятся около 100 г толстой крученой пряжи, спицы чулочные и кольцевые 2,5-3 мм, крючок 2,5-3 мм.

Плотность платочной вязки: 21 петля х 40 рядов = 10 х 10 см.

Сначала свяжите верхнюю часть пинеток - язычок. Наберите 8 петель следующим образом. Сделайте узелок и вытяните крючком воздушную петлю **(рисунок 1)**. Не вынимая крючок из петли, возьмите его в левую руку, а правой введите спицу в узелок - это будет 1-я петля на спице **(рисунок 2)**.

Придерживая крючок и спицу правой рукой, левой обвейте нить вокруг спицы - это будет 2-я петля на спице. Переложите спицу в левую руку, крючком захватите рабочую нить и вытяните ее через петлю на крючке **(рисунок 3)***. Продолжайте от * до *. Когда на спице будет 7 петель, 8-ю наденьте с крючка. Вяжите язычок двумя спицами платочной вязкой (лицевыми петлями по лицу и по изнанке работы) неполными рядами, недовязывая сначала по 2 петли с каждого края, потом по 1. С 5-го ряда провязывайте все петли. 2 ряда платочной вязки образуют "рубчик".

Провязав 20 рядов (или 10 рубчиков"), убавьте с обеих сторон 1 раз по 1 петле. Оставшиеся петли закройте "косичкой", последнюю петлю протяните через предпослед-

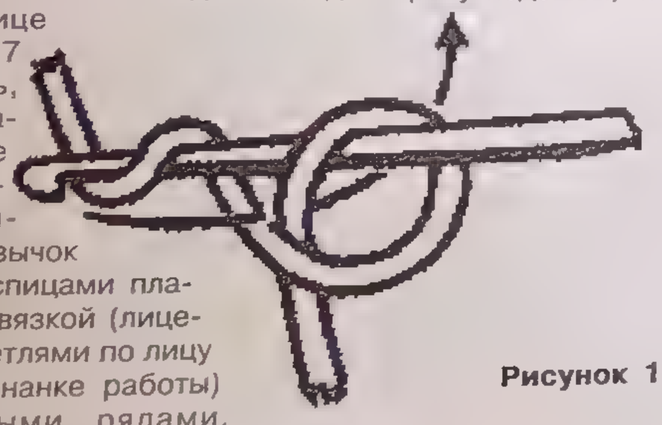
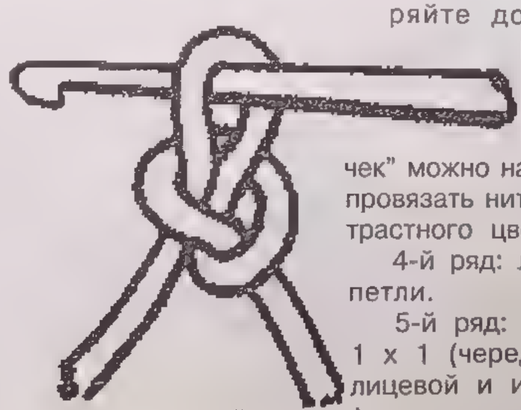


Рисунок 1



язычок. Когда провяжете 36 рядов (18 "рубчиков"), убавьте с обеих сторон 2 раза по 1 петле в каждом ряду. Оставшиеся петли закройте "косичкой", последнюю петлю протяните через предпоследнюю. Обвяжите подошву крючком столбиками без накида, прибавляя столбики для закругления (крючок вводите под обе стенки петель "косички"). Столбики обвяжите таким же количеством полустолбиков (так же вводя крючок под обе стенки петель "косички"). Провязав последний полустолбик, протяните петлю под обе "косички" на внутреннюю сторону подошвы, чтобы рантик из двух "косичек" остался снаружи. Наденьте эту петлю на кольцевую спицу. Продолжайте набирать петли на спицу по внутренней стороне подошвы, вводя крючок в петельки под "ко-

3-й ряд "шишечек": *1 изнаночная из петли, 1 изнаночная из протяжки нити между петлями*, от * до * повторяйте до конца ряда. (Петли для "шишечек" можно набрать и провязать нитью контрастного цвета.)

4-й ряд: лицевые петли.

5-й ряд: резинка 1 х 1 (чередование лицевой и изнаночной петель).

6-й ряд: *1 лицевую снимите, не провязывая, нить оставьте за работой, 1 изнаночная*, от * до * повторяйте до конца ряда. Провяжите 5-й и 6-й ряды (основной узор пинеток) еще 2 раза.

Теперь выполняйте основной узор неполными рядами, поднимая таким образом заднюю

ред петлей), от Г до Б1 - резинка 1 х 1; от Б1 до Г (лицевой ряд) - лицевые снимайте (нить за петлей), изнаночные провязывайте.

Закройте все петли "косичкой" при помощи крючка, вводя его в лицевую петлю с лица, в изнаночную - с изнанки и перемещая нить на противоположную сторону.

Советую отметить место для крепления язычка дополнительной нитью, протянув ее крючком под противоположными петлями "косички" примерно посередине подошвы (точки В и В1 на **рисунке 4**).

Обвяжите край от точки Г до точки В полустолбиками. Не вы-

залось на 1-3 петли меньше, чем закрытых петель "косички", то 1-3 раза в мыске выполните полустолбик без прикрепления язычка.

Закончите обвязывание края боковинки полустолбиками до точки Г. Вытяните последнюю петлю внутрь задника.

Наберите петли по краю задника от точки Г до точки В, оставляя снаружи рантик из двух "косичек". Обвяжите оставшиеся открытыми 7 петель язычка: введите крючок в 1-ю петлю, захватите нить и вытяните петлю, снова захватите нить и вытяните воздушную петлю, введите крючок во 2-ю петлю, захватите нить, вытяните новую петлю, провяжите ее, опять выполните воздушную петлю и т.д.

Обвязав таким образом верхнюю часть язычка, набе-

рите петли по краю задника от точки В1 до точки Г.

Распределите

...образуют "рубчик".
...провязав 20 рядов (или 10 "рубчиков"), убавьте с обеих сторон 1 раз по 1 петле. Оставшиеся петли закройте "косичкой", последнюю петлю протяните через предпоследнюю. Отрежьте нить и пропустите ее через петлю.

Нитками контрастного цвета наберите с помощью крючка на кольцевые спицы четное число петель по краю язычка. Это будет 1-й ряд обвязки "шишечками". Во 2-м круговом ряду провяжите каждые 2 петли вместе лицевой. В 3-м ряду вывязывайте попеременно 1 изнаночную из петли, 1 изнаночную из протяжки нити между петлями. Отрежьте нить. Снимите все петли на вспомогательную нить.

Далее выполните подошву. Наберите крючком на спицу 9 петель и вяжите так же, как

...оденьте эту петлю на кольцевую спицу. Продолжайте набирать петли на спицу по внутренней стороне подошвы, вводя крючок в петельки под "косичками". Распределите набранные петли на четыре спицы по четырем сторонам подошвы (вдоль подошвы по 16-18 петель, поперек - по 8-10 петель). Это будет 1-й ряд "шишечек".

2-й ряд "шишечек": каждые 2 петли провяжите вместе лицевой.

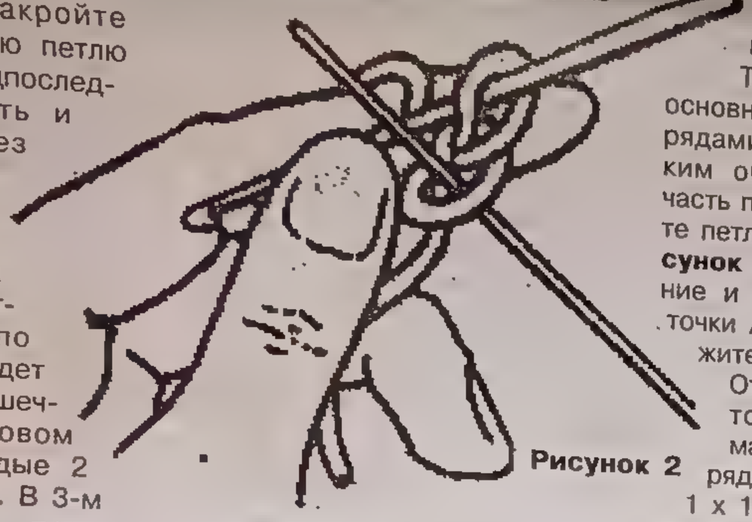


Рисунок 2

6-й ряд: *1 лицевую снимите, не провязывая, нить оставьте за работой, 1 изнаночная*, от * до * повторяйте до конца ряда. Провяжите 5-й и 6-й ряды (основной узор пинеток) еще 2 раза.

Теперь выполняйте основной узор неполными рядами, поднимая таким образом заднюю часть пинеток. Провяжите петли до точки А **(рисунок 4)**, поверните вязание и провяжите петли до точки А1. Аналогично провяжите ряды до точек Б и Б1.

От точки Б1 вернитесь к точке Г. Обращаю внимание: в точке Г - смена рядов. От Г до А - резинка 1 х 1; от А до Г (изнаночный ряд) - лицевые провязывайте, изнаночные снимайте (нить перед петлей), от Г до А1 - резинка 1 х 1; от А1 до Г (лицевой ряд) - лицевые снимайте (нить за петлей), изнаночные провязывайте, от Г до Б - резинка 1 х 1; от Б до Г (изнаночный ряд) - лицевые провязывайте, изнаночные снимайте (нить пе-

Обвяжите край от точки Г до точки В полустолбиками. Не вынимая крючок из петли, введите его под отмеченную нитью петлю "косички", потом в петлю язычка (7 верхних петель язычка оставьте открытыми), захватите нить и вытяните новую петлю. Распределяя петли язычка равномерно, продолжайте прикреплять его полустолбиками до отметки В1. Если в язычке ока-

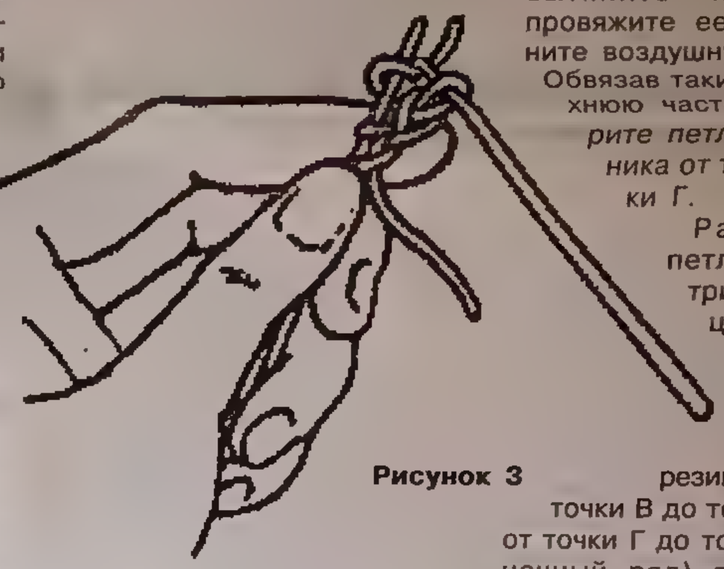


Рисунок 3

...ную петлю, введите крючок во 2-ю петлю, захватите нить, вытяните новую петлю, провяжите ее, опять выполните воздушную петлю и т.д. Обвязав таким образом верхнюю часть язычка, наберите *петли по краю задника от точки В1 до точки Г.*

Распределите петли задника на три (или на кольцевые) спицы и вяжите следующим образом. От точки Г до точки В: резинка 1 х 1. От точки В до точки Г и далее от точки Г до точки В1 (изнаночный ряд) провязывайте только лицевые петли, изнаночные снимайте, нить оставляйте перед петлей. Далее в начале каждого ряда закрывайте по 2 петли. Лицевые ряды вяжите резинкой 1 х 1, изнаночные - как описано выше. Достигнув нужной высоты задника, закройте оставшиеся петли крючком, последнюю петлю протяните через предпоследнюю.

Обвяжите полустолбиками край задника от точки Г до точки В верхней части язычка и край от точки В1 до точки Г **(рисунок 5)**. Нить отрежьте, закрепите и спрячьте.

Аналогично вяжите вторую пинетку.

Лариса РОМАНЕНКО.

Рисунок 4

Рисунок 5

КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

ГУСАРАМ И ПАСТУХАМ

"ГУСАРСКАЯ ПЕЧЕНКА"

1 кг мякоти говядины хорошо отбейте, посолите и зажарьте в духовке, время от времени поливая образующимся соком или бульоном. Приготовьте начинку: 2 луковицы очень мелко нарубите и обжарьте на сливочном масле. Смешайте в миске с половиной стакана тертого сыра, двумя желтками, половиной стакана панировочных сухарей, солью и перцем.

Готовое жареное мясо нарежьте ломтями в палец толщиной, не дорезая до конца. Между ломтями мяса уложите слои фарша и перевяжите кусок широкой лентой, чтобы он не развалился. Уложите мясо в кастрюлю, полейте соком, оставшимся от жарки мяса, и тушите под крышкой до готовности. Затем выньте мясо из кастрюли, удалите ленту и нарежьте ломтиками поперек.

ТЕФТЕЛИ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ

Возьмите 500 г говядины, 100 г тертого сыра, яйцо, луковицу, булочку, 100 г сметаны, три четверти столовой ложки кукурузного крахмала, соль и перец по вкусу.

Мясо пропустите через мясорубку с крупной решеткой. Сыр натрите, булочку размочите, отожмите и пропустите через мясорубку вместе с луком. Смешайте мясо, сыр, лук, булочку, добавьте яйцо, соль и перец. Сделайте из фарша тефтели, отварите их в 0,5 литра подсоленной воды и выньте. Дайте воде чуть-чуть остыть, смешайте сметану с крахмалом, вылейте в воду и вскипятите. Посолите и поперчите соус, добавьте в него измельченную зелень. При подаче тефтели полейте соусом.

СВИНИНА В ПИВНОМ ТЕСТЕ

Замесите стакан муки и полстакана пива, 2 яйца разделите на желтки и белки. Белки взбейте с солью и добавьте в тесто. 600 г постной свинины нарежьте на 8 ломтиков, отбейте, посыпьте солью и перцем. 4 кусочка посыпьте тертым сыром (его потребуется примерно 2 столовые ложки), накройте остальными кусками, сколите края, обмакните в тесто и жарьте на небольшом огне примерно 15 минут.

БЛЮДО ПАСТУХОВ

400 г мякоти баранины порежьте на кусочки и потушите до готовности. 1 кг отварного картофеля разомните, добавьте столовую ложку молока и 3 желтка. 2 луковицы нарежьте и слегка обжарьте, добавьте 3 дольки чеснока и зелень сельдерея и обжарьте до мягкости. В ту же сковородку положите мясо, влейте сок от тушения, посыпьте измельченной петрушкой, посолите, поперчите. Форму для запекания смажьте маслом и уложите на дно пюре слоем в 2-3 см. Сверху выложите мясную начинку, закройте ее оставшимся пюре, смажьте яйцом и запеките.

ЛАСТОЧКИНЫ "ГНЕЗДА"

Вам потребуется 600 г телятины, сырое и 4 сваренных вкрутую яйца, булочка, луковица, зелень, соль, перец.

Для соуса: столовая ложка растительного масла, столовая ложка муки, 4 небольших помидора, зелень, 4 горошины черного перца.

Мясо пропустите через мясорубку, добавьте яйцо, замоченную в воде или молоке и отжатую булочку, зелень, соль, перец и натертый репчатый лук. Хорошенько перемешайте. Мокрыми руками сформируйте 8 шариков (по 2 на порцию). Вареные яйца разрежьте пополам. В каждом шарике сделайте углубление и положите туда половинку яйца белком кверху. Затем положите "гнезда" в сковородку и залейте соусом. Для соуса помидоры поварите и протрите сквозь сито. Муку обжарьте в масле, разведите ее соусом из протертых помидоров, добавьте зелень (петрушку, кинзу) и перец. Сковороду поставьте в духовку с умеренным жаром и тушите блюдо под крышкой 25-30 минут.

Надежда ВОРОЖЦОВА.
Ижевск.

ХАЛВА С УШКАМИ

МОРКОВНАЯ ХАЛВА

...трите на мелкой терке ... стакана моркови, залейте 2 ... кипяченой охлажденной воды. Варите на медленном огне, постоянно по-

ОРЕХОВЫЙ ПИРОГ

Особенность его в том, что готовится он без муки. Вам потребуется всего 6 яиц, 6 столовых ложек сахара, стакан молотых ядер грецких орехов, фруктовое повидло. Желтки шего сорта, 50 г сливочного масла или маргарина, 3 яйца, 2 столовые ложки сахара, столовая ложка коньяка или водки, тертая цедра половины лимона, подсолнечное масло для жарения, сахарная пудра для присыпки.

Белки взбейте с сахаром, добавьте водку или коньяк, размягченное масло (маргарин), цедру, муку. Замесите одно-

30-40 минут и затем двумя чайными ложками выкладывайте тесто в виде маленьких лепешек на смазанный маслом противень. Расстояние между лепешками должно быть не менее 2-3 см. Выпекайте в умеренно горячей духовке до желтовато-коричневого цвета. Готовое печенье немного остудите и осторожно сверните в виде стружки.

ОРЕХОВОЕ ВОСХИЩЕНИЕ

ТОРТ
"ЗОЛОТОЙ ОРЕШЕК"

Пропустите через мясорубку по 200 г очищенных грецких орехов и сахара, ... 100 г размягченного ...

ХАЛВА С УШКАМИ

МОРКОВНАЯ ХАЛВА

Натрите на мелкой терке 2 стакана моркови, залейте 2 стаканами кипяченой охлажденной воды. Варите на медленном огне, постоянно помешивая, чтобы масса не пригорела. Через 4-5 минут кипения всыпьте 2 стакана сахарного песка и продолжайте варить, помешивая. Когда сахар растворится, добавьте 4 столовые ложки топленого масла и варите до тех пор, пока масло не впитается. Халва должна быть красно-оранжевого цвета. Выложите ее на блюдо, посыпьте любыми толчеными орехами и сбрызните сахарным сиропом. После охлаждения разрежьте на кусочки.

ОРЕХОВЫЙ ПИРОГ

Особенность его в том, что готовится он без муки. Вам потребуется всего 6 яиц, 6 столовых ложек сахара, стакан молотых ядер грецких орехов, фруктовое повидло. Желтки разотрите с сахаром, добавьте к ним молотые орехи и взбитые в пену белки. Противень смажьте маслом, посыпьте мукой и выпекайте пирог в не очень горячей духовке. Готовый пирог остудите, разрежьте на 2 горизонтальных пласта, промажьте вареньем или повидлом и порежьте ломтиками.

ПЕЧЕНЬЕ "СВИНЫЕ УШКИ"

Для теста берется примерно 150-200 г пшеничной муки высшего сорта, 50 г сливочного масла или маргарина, 3 яйца, 2 столовые ложки сахара, столовая ложка коньяка или водки, тертая цедра половины лимона, подсолнечное масло для жарения, сахарная пудра для присыпки.

Белки взбейте с сахаром, добавьте водку или коньяк, размягченное масло (маргарин), цедру, муку. Замесите однородное тесто, накройте и поставьте на 2-3 часа на холод. После этого тесто раскатайте в тонкий пласт, нарежьте на полоски шириной 2-3 см и длиной 9-10 см. Посередине полоски сделайте продольный разрез длиной 1,5-2 см. В разрез проденьте один конец полоски и жарьте в разогретом масле до светло-коричневого цвета. Выложите на сито, дайте маслу стечь и посыпьте сахарной пудрой.

ОВСЯНАЯ СТРУЖКА

Возьмите 100 г пшеничной муки высшего сорта, 200 г маргарина, 150 г сахара, тертую цедру половины лимона, пищевую соду на кончике ножа или разрыхлитель, полстакана сметаны, 150 г овсяных хлопьев.

Маргарин разотрите с сахаром, добавьте цедру, сметану, хлопья, смешанную с содой муку. Дайте тесту постоять 30-40 минут и затем двумя чайными ложками выкладывайте тесто в виде маленьких лепешек на смазанный маслом противень. Расстояние между лепешками должно быть не менее 2-3 см. Выпекайте в умеренно горячей духовке до желтовато-коричневого цвета. Готовое печенье немного остудите и осторожно сверните в виде стружки.

ПЕЧЕНЬЕ ИЗ КУКУРУЗНЫХ ХЛОПЬЕВ

Вам потребуется 2 стакана кукурузных хлопьев, полстакана обжаренных дробленых орехов, пол чайной ложки пекарского порошка, 2 белка, 150 г сахара, соль и ванилин на кончике ножа.

Кукурузные хлопья и орехи измельчите и смешайте с пекарским порошком, белки взбейте и, продолжая взбивать, добавьте в них сахар и ванилин. В яичную пену добавьте кукурузные хлопья с орехами и пекарским порошком. Чайной ложкой выкладывайте маленькие лепешки на смазанный противень и выпекайте в умеренно жаркой духовке до золотистого цвета.

Нина ПРОНИНА.
г. Новокузнецк Кемеровской области.

ОРЕХОВОЕ ВОСХИЩЕНИЕ

ТОРТ "ЗОЛОТОЙ ОРЕШЕК"

Пропустите через мясорубку по 200 г очищенных грецких орехов и сахара, добавьте 100 г размягченного сливочного масла, 150 г сметаны, 2 яйца, 200 г муки и пол чайной ложки соды, гашенной уксусом. Все тщательно перемешайте, разделите тесто пополам, испеките два коржа и промажьте их кремом, приготовленным из банки вареного сгущенного молока, взбитого со 100 г сливочного масла. Сверху торт можно посыпать обжаренным арахисом.

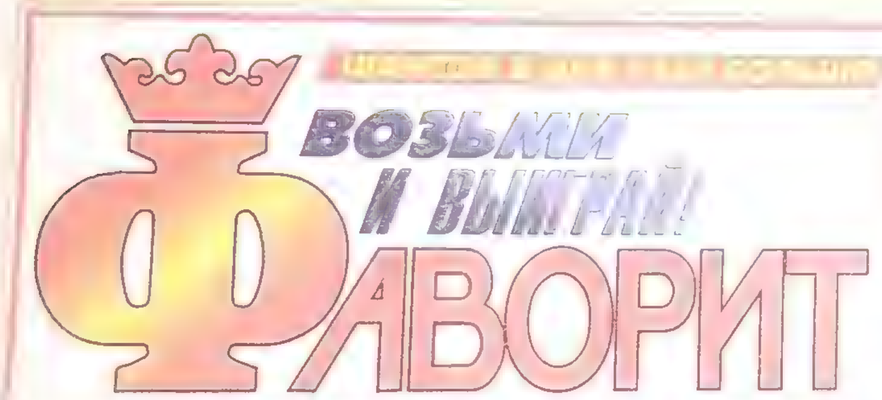
ТОРТ "ВОСХИЩЕНИЕ"

Смешайте 100 г сливочного масла или маргарина, 100 г сметаны, 100 г майонеза, 2 яйца, стакан сахара, пол чайной ложки соды. Добавьте столько муки, чтобы получилось тесто чуть более мягкое, чем на пельмени. Раскатайте в пласт, нарежьте на прямоугольники и выпекайте печенье. Остудите и пропустите его через мясорубку. В полученную крошку добавьте 200 г разогретого сливочного масла, смешанного с 2 столовыми ложками какао. Все перемешайте и слепите шарики величиной с куриное яйцо.

Приготовьте крем: 200 г сметаны взбейте со стаканом сахара.

На тарелку выложите слой шариков, смажьте кремом, затем опять выложите шарики, и так далее, пока из всех шариков у вас не сложится конусообразная горка. Сверху смажьте торт оставшимся кремом и украсьте ягодами (можно даже замороженными)

Татьяна БАРЫШНИКОВА.
пос. Верхняя Синячиха Свердловской области.


ВОЗЬМИ И ВЫИГРАЙ!
ФАВОРИТ

Только одна газета дает возможность и "оттянуться" за серией кроссвордов, и узнать все самое интересное, самое вкусное из новостей. Только одна газета в награду за ее чтение и разгадывание кроссвордов раздает призы.

Эта газета - "Фаворит"

[illegible]

В Объединенном каталоге "Пресса России" (он зеленого цвета) надо открыть 1-й том на странице 127, найти наш индекс - 40856 и оформить подписку. Теперь мы всегда будем в вашем доме.

Ваш "Фаворит".

[illegible]

А этим рецептом со мной поделилась сокурсница по юрфаку. Сказала, что это семейный рецепт, доставшийся ей еще от бабушки.

Три яйца взбейте с неполным стаканом сахара, добавьте немного соли. Растопите полпачки сливочного масла или маргарина и введите в яичную смесь. Добавьте стакан муки и замесите однородное тесто. На разогретую вафельницу выкладывайте примерно по 0,5 ложки теста и выпекайте вафли. Готовые вафли сразу же сворачивайте трубочками. Их даже кремом наполнять не нужно, такие они сладкие и калорийные.

[illegible]

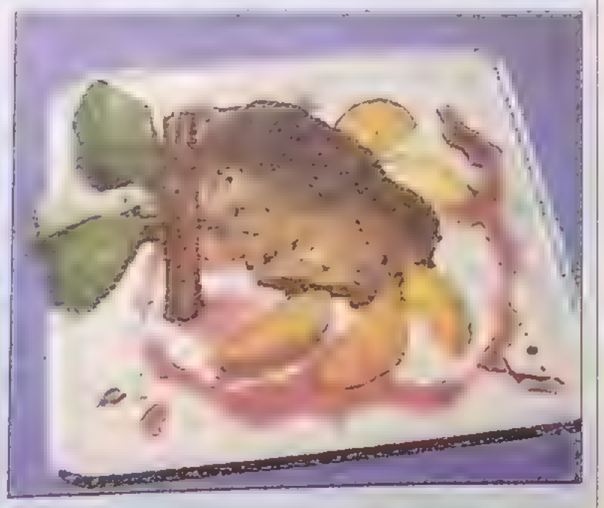
Вообще-то это вареники, но не совсем обычные, и мои друзья называют их именно так.

У двух куриных окорочков отделите мясо от костей и пропустите через мясорубку, добавив луковицу, несколько зубчиков чеснока, соль и перец по вкусу. Небольшой кочан свежей капусты мелко нашинкуйте и обжарьте на растительном масле. Если свежей капусты нет - подойдет и квашеная. Когда капуста остынет, перемешайте с куриным фаршем. Начинка готова. Теперь приготовьте тесто, как на пельмени, слепите вареники и отварите, как обычно.

Любовь ШАРАФЕЕВА.
г. Могоча Читинской области.

УТКА С НЕКТАРИНАМИ

Многие считают, что утиное мясо имеет несколько специфический вкус. Тем не менее утиную ножку можно приготовить столь необычным образом, что она станет настоящим деликатесом. Во всяком случае, именно так утверждают шеф-повар столичного ресторана "Граци" НИКОЛАС ВАН РИМСДАЙК и менеджер производства Алексей ВИНОГРАДОВ, предлагая отведать это каталонское блюдо.



Нашинкуйте розмарин и тимьян, посыпьте ими утиную ногу, посолите и оставьте мариноваться на 2-3 дня. После этого приправы уберите, а ногу тушите на слабом огне с большим количеством жира (желательно утиного) до тех пор, пока мясо не начнет отделяться от костей. После этого поставьте ее в духовку и запекайте до золотистой корочки.

Приготовьте соус. В красное вино добавьте сахар, корицу и упарьте до консистенции соуса.

Нектарины нарежьте дольками и, добавив мед и ягодный уксус, обжарьте на сковороде.

Дольки нектаринов выложите на блюдо, сверху - утиную ногу и все полейте соусом.

ТЕМ, КТО ЛЮБИТ НОЖКИ

КУРИНЫЕ НОЖКИ

КУРИНЫЕ РУЛЕТИКИ

МОНАСТЫРСКИЕ ЯСТВА

ПЛОВ ПО-МОНАСТЫРСКИ

В большом количестве подсоленной и подкисленной уксусом воды отварите стакан риса. Главное - не переварите. Готовый рис промойте кипятком. В глубокой сковороде поджарьте на подсолнечном масле порезанную полукольцами большую луковицу и натертую на терке крупную морковь. Как только вкусно запахнет жареным луком, выложите на сковороду промытый рис, перемешайте, влейте 2-3 столовые ложки горячей воды, накройте крышкой и подержите на огне 2-3 минуты.

МОЙВА ПО-МОНАСТЫРСКИ

500 г подготовленной мойвы посолите, уложите в сотейник спинками вниз, но не более чем в три ряда. Каждый ряд поливайте смесью половины стакана подсолнечного масла и 50 г уксуса. Закройте сотейник крышкой и тушите на водяной бане 1,5-2 часа.

ОЛАДЬИ ПО-МОНАСТЫРСКИ

Возьмите стакан теплой не кипяченой воды, стакан муки, пол чайной ложки соли, столовую ложку сахара, 2 чайные ложки без верха сухих дрожжей.

В большой эмалированной посуде размешайте стакан воды и дрожжи. Затем всыпьте муку. Опара должна быть, как густая сметана. Поставьте ее в теплое место. Когда опара поднимется, положите сахар, соль и взбивайте мешалкой не менее 15 минут. Хорошо взбитое тесто должно накручиваться на ложку, отставать от стенок кастрюли и пускать пузыри. Затем снова поставьте в теплое место. Как только подойдет, очень осторожно, не размешивая, выкладывайте порции теста в кипящее масло и жарьте оладьи. Учтите, что они очень быстро поднимаются и переворачивать их нужно очень аккуратно.

Подавать такие оладьи можно с повидлом, медом, вареньем.

РЫБА ПО-МОНАСТЫРСКИ ДЛЯ ГУРМАНОВ

Тушку горбуши весом примерно 1 кг вымойте, натрите тремя столовыми ложками соли и двумя столовыми ложками сахара. Натирать нужно и снаружи, и внутри. При желании можно немного посыпать корицей. Заверните рыбу в мокрую тонкую ткань, затем положите в полиэтиленовый мешочек и уберите на 5-6 дней на верхнюю полку холодильника. А прежде чем подавать на стол, в течение 5-6 часов рыбу подержите на воздухе.

Зинаида ЛУКОНИНА.
г. Салават, Башкирия.

тесто должно накручиваться на ложку, отставать от стенок кастрюли и пускать пузыри. Затем снова поставьте в теплое место. Как только подойдет, очень осторожно, не размешивая, выкладывайте порции

холодильника. А прежде чем подавать на стол, в течение 5-6 часов рыбу подержите на воздухе.

Зинаида ЛУКОНИНА. г. Салават, Башкирия.

ТЕМ, КТО ЛЮБИТ НОЖКИ

САЛАТ ИЗ КУРИЦЫ С АНАНАСАМИ

Отварите куриную грудку или окорочок. Остудите и мелко порежьте. Слегка обжарьте в растительном масле измельченную луковицу и консервированные шампиньоны. Мясо, лук, грибы и консервированные нарезанные ананасы смешайте, заправьте майонезом.

САЛАТ ИЗ КУРИЦЫ С СУХАРИКАМИ

Хлеб нарежьте кубиками 1 х 1 см, подсушите в духовке. Отварное мясо курицы мелко нарежьте. В салатницу горкой выложите сухарики, на них курицу, а сверху залейте майонезом. Перемешайте и сразу же подавайте на стол.

КУРИЦА-ГРИЛЬ

Несмотря на то что такие курицы повсеместно имеются в продаже, их можно приготовить самим. Возьмите пустую бутылку из-под пива и наполовину наполните ее водой. Можно, кстати, недопить полбутылки и приготовить курицу на пиве. На сковороду с высокими бортиками налейте немного воды и поставьте на нее подготовленную бутылку. Курицу натрите солью и специями и насадите на бутылку. Крылышки лучше прикрепить к бокам с помощью деревянных зубочисток. Поставьте сковороду с бутылкой и курицей в разогретую духовку. Готовую курицу аккуратно снимите с бутылки и [illegible] гостей и домочад-

КУРИНЫЕ НОЖКИ "ФРИ"

У 1,5-2 кг куриных ножек удалите косточки. Приготовьте соус: 2 яйца смешайте с 6 столовыми ложками крахмала, 3 чайными ложками сахара и столовой ложкой соевого соуса. Ножки тщательно смажьте соусом и обжарьте в большом количестве масла до румяной корочки.

КУРИНЫЕ ГРУДКИ С ПЕРЦЕМ И АПЕЛЬСИНАМИ

Вам потребуется 6 куриных грудок, 100 г коньяка, крупный апельсин, 150 г лука, 400 г куриного бульона, 150 г сливочного масла, соль, черный молотый перец и перец горошком по вкусу.

Куриные грудки посолите, поперчите и обжарьте до золотистого цвета. Затем переложите их в посуду с закрывающейся крышкой и поставьте на 20 минут в разогретую до 170-180 градусов духовку. Для приготовления соуса в сковороде растопите немного сливочного масла, положите мелко порезанный лук и перец горошком. Постоянно помешивая, обжаривайте его до золотистого цвета, затем влейте коньяк и продолжайте жарить до тех пор, пока жидкость не выпарится примерно до половины. После этого добавьте бульон, сок и цедру одного апельсина. Еще раз прокипятите, чтобы соус загустел, и постепенно, взбивая венчиком, введите нарезанное маленькими кусочками оставшееся сливочное масло. Готовые грудки полейте соусом и подавайте на стол.

КУРИНЫЕ РУЛЕТИКИ В СОУСЕ "КАРРИ"

У 4 куриных окорочков удалите кости. Филе залейте рассолом от маринованных огурцов или маслин и оставьте мариноваться на час-два. 200 г сметаны смешайте со 100 г тертого сыра, добавьте приправу карри. Замаринованное мясо смажьте соусом, сверните рулетиками и уложите в сковороду с высокими бортиками. Если соус остался, можно полить им курицу. Закройте крышкой и запекайте в духовке до готовности.

КУРИЦА С КАРТОФЕЛЕМ И ФАСОЛЬЮ

Возьмите курицу, полстакана изюма, 2 большие луковицы, 2 измельченные дольки чеснока, столовую ложку уксуса, 2 столовые ложки сахара, 6 картофелин, стакан фасоли, соль по вкусу.

Курицу разделите на порционные кусочки, посолите и обжарьте в масле. Когда образуется румяная корочка, курицу выньте, а в то же масло положите лук и чеснок. После того как лук станет золотистым, добавьте уксус, сахар и положите курицу. Через несколько минут положите отварные фасоль и картофель, порезанный кусочками, распаренный изюм. Убавьте огонь, закройте крышкой и тушите до тех пор, пока курица не станет мягкой.

Клара ЯКУШЕВА. пос. Белореченский Иркутской области.

ДЕЛИКАТЕС БЕЗ МЯСА

КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ СО СВЕКЛОЙ И ФАСОЛЬЮ

Отварные свеклу и картофель порежьте мелкими кубиками. Добавьте предварительно замоченную и отваренную белую фасоль. Посолите, поперчите по вкусу, положите рубленую зелень и заправьте растительным маслом и уксусом.

ОВОЩИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

Вам потребуется 5 маленьких луковиц, зеленый кочанный салат, столовая ложка растительного масла, 500 г мороженого зеленого горошка, кусочек сахара, 2 чайные ложки крахмала, соль, перец по вкусу.

Лук очистите и разрежьте на 8 частей. Салат вымойте и нарежьте соломкой. Лук и салат потушите в течение 5 минут в растительном масле. Затем влейте полстакана воды, положите зеленый горошек, перец и соль. Накройте крышкой и тушите в течение 3 минут. Крахмал разведите холодной водой (примерно треть чашки), влейте в овощи и доведите до кипения. В принципе можно добавить любые пряности.

КОТЛЕТЫ ИЗ СВЕКЛЫ

На 200 г вареной свеклы - столовая ложка манной крупы, столовая ложка растительного масла, соль по вкусу, сухари для панировки по необходимости.

Свеклу очистите и пропустите через мясорубку. При желании добавьте измельченный зубчик чеснока. Полученную массу выложите в сковороду с разогретым растительным маслом, добавьте манную крупу, еремешайте, посолите и нагревайте на медленном огне до тех пор, пока масса не загустеет. Остуженную массу разделайте на котлеты, обваляйте их в панировочных сухарях и обжарьте в растительном масле.

ПОСТНЫЙ ПИРОГ

Растворите в полустакане теплой воды 30-40 г дрожжей и поставьте в теплое место. Когда дрожжи вспенятся, влейте их в тесто, замешенное из 1,2 кг муки, 1,5 стакана воды, стакана растительного масла, чайной ложки соли и 3 столовых ложек сахара. Поставьте в теплое место подходить. Поднявшееся тесто нужно обмять, снова дать подняться и снова обмять. И дав ему подойти, формируйте пироги с любой постной начинкой.

А можно ставить тесто не на воде, а на рисовом отваре. Тесто получится особенно белым.

Лидия ПОЛЯКОВА. Тамбов.

СТАЛА КАРТОШЕЧКА ЗОЛОТОЙ...

Покупая пакетик замороженного картофеля-фри, мы рассчитываем приготовить из него вкусное и аппетитное блюдо. Оправдаются ли наши надежды? Эксперты журнала "Спрос" решили это проверить.

На суд "народных экспертов" было представлено девять образцов картофеля-фри брусочками, так называемого классического. Сначала оценивали внешний вид продукта в замороженном виде. Большинство образцов радовали глаз красивой формой ломтиков и ровным золотистым цветом. Лишь некоторые выглядели неаппетитно: попадались черные точки, "синяки", много обломков **(Friand, Англетер)**.

Затем каждый полуфабрикат обжарили во фритюре, строго выдержав при этом все условия, рекомендуемые на упаковке. Готовую картошку испытатели оценивали по трем параметрам: внешнему виду, вкусу и консистенции. При этом все сошлись во мнении, что качественный картофель-фри - это хрустящие снаружи, мягкие и хорошо пропеченные внутри золотисто-коричневые ломтики, которые, кроме того, легко ломаются.

В результате близкими к эталону были признаны только два образца - **Aviko Steakhouse и McCain Oven Fries**. По поводу первого, правда, сначала возникли разногласия из-за формы ломтиков: слишком широкие и большие, они выглядели грубовато. Но отменный вкус и цвет блюда этот недостаток компенсировали.

Картошка **Friand**, напротив, была настолько тонко порезана, что после жарки почти вся обратилась в корочку. Возможно, кому-то придется по вкусу такая хрустящая картофельная соломка, но наши эксперты сочли, что это минус. Причем он был не единственным, и в результате образцу выставили оценку "с недостатками".

Столь же неудачно, к сожалению, выступил образец отечественного производства - **Англетер**. Даже после обжарки ломтики остались бледными и неприглядными. Под стать наружности и вкус - мерзлого картофеля. А аппетитный вид **Farm Frites** оказался обманчивым, вкус у него был полусырой картошки. Среди остальных участников теста нашлись и вкусные, но ни один не смог порадовать дегустаторов румяной хрустящей корочкой.

Не все образцы порадовали своим качеством, зато информационное оформление большинства упаковок оказалось безупречным - оно соответствовало ГОСТу Р 51074 "Продукты пищевые. Информация для потребителя. Общие требования". Недоумение вызвала лишь этикетка **Friand**: мы не нашли на ней сведений об энергетической и пищевой ценности. А на упаковке **Dujardin** эта информация указана только для жителей Украины.

Считаем калории

- Самый высококалорийный картофель-фри торговой компании **Dujardin** - 343 ккал. По этому показателю он в 2-2,5 раза опережает другие образцы теста.

- Меньше всего калорий в продукции компании **"4 сезона"** - всего 105 ккал.

- В среднем калорийность картофеля-фри колеблется от 130 **(Aviko)** до 186 ккал **(Англетер)**.

В результате эксперты пришли к следующим выводам.

- Лидеры потребительского испытания - продукция торговых компаний **Aviko** и **McMin**: блюда из этих полуфабрикатов пришлись по вкусу всем дегустаторам.

- Три образца теста сдали экзамен на "хорошо" - **Fantasy** и картофель-фри компаний **Ardo** и **"4 сезона"**.

- Продукция торговой марки **Dujardin**, по общему мнению, не заслужила выше оценки "удовлетворительно".

- Совсем не понравились испытателям картофель-фри **Friand** и продукция компании **Англетер** - ни исходное сырье, ни окончательный результат после приготовления, а также вкус продукта, изготовленного фирмой **Farm Frites**.

- Некоторым образцам явно не хватало рекомендованного на упаковке времени обжаривания.

- Лучшее соотношение цена/качество у картофеля **Fantasy**.

Наши советы

- Картофель-фри могут позволить себе только здоровые люди, не страдающие заболеваниями желудочно-кишечного тракта и избыточным весом.

- Следите за тем, чтобы масло в процессе жарки не перегревалось, в противном случае в нем образуются продукты термического окисления, избыточное количество которых вредно для организма.

- Добавлять специи и солить картофель-фри лучше после приготовления.

- В морозильной камере картофельный полуфабрикат может храниться несколько месяцев.

- Повторно замораживать размороженный картофель-фри нельзя.

ЗАО "Новые телефонные услуги", г. Москва

...ломтиков. Слишком широкие и большие, они выглядели грубовато. Но отменный вкус и ... сюда этот недостаток компенсировали.

Картошка **Friand**, напротив, была настолько тонко порезанию, выступил образец отечественного производства - **Англетер**. Даже после обжарки ломтики остались бледными и неприглядными. Под стать наружности и вкус - мерзлого картофеля. А аппетитный вид **Farm Frites** ...шинства упаковок оказалось безупречным - оно соответствовало ГОСТу Р 51074 "Продукты пищевые. Информация для потребителя. Общие требования". Недоумение вызвала лишь этикетка **Friand**: мы не нашли на ней сведений об энергетичес...

...**на"** - всего 105 ккал.

- В среднем калорийность картофеля-фри колеблется от 130 **(Aviko)** до 186 ккал **(Англетер)**.

В результате эксперты пришли к следующим выводам.

- Лидеры потребительского ...

...ле приготовления.

- В морозильной камере картофельный полуфабрикат может храниться несколько месяцев.

- Повторно замораживать размороженный картофель-фри нельзя.

ЗАО "Новые телефонные услуги", г. Москва

Стационарный ТЕЛЕФОН для сельского ДОМА и ДАЧИ

тел. (095) 362-64-31, 362-64-36

НОТАРИУС НЕ ПОМЕШАЕТ

Необходимо ли заверять договор купли-продажи жилья у нотариуса?

К. САМОЙЛОВА.

После вступления в силу Закона РФ "О регистрации прав на недвижимое имущество и сделок с ним" такая необходимость отпала. Однако в целях минимизации риска при купле-продаже квартир (домов) многие предпочитают пользоваться услугами нотариусов. Что это дает? Во-первых, нотариус может сделать запрос в суд относительно дееспособности сторон договора. Далее, он не имеет права заверить сделку, если кто-либо из договаривающихся сторон находится в состоянии алкогольного или наркотического опьянения (такую сделку суд может признать недействительной). Кроме того, если нотариус совершит действия, противоречащие законодательству, то будет обязан по решению суда возместить причиненный вследствие этого ущерб (ст. 17 Основ законодательства РФ о нотариате). Таким образом, он берет на себя ответственность за то, чтобы все нужные документы при заключении договора были собраны и отвечали требованиям закона, и т.д.

Кстати, услуги нотариуса обходятся в сумму, составляющую 1,5 процента от суммы договора (то есть от стоимости квартиры). Деньги, конечно, немалые, но стоят того, чтобы обезопасить себя от мошенников или избежать в дальнейшем судебных процессов.

МОЖНО ЛИ ОБОЙТИСЬ БЕЗ РИЕЛТОРА?

Сейчас стало практически невозможным купить или продать (даже снять) квартиру без участия риелторских фирм. Но с какой стати я должен оплачивать их услуги, если сам нашел покупателя своей квартиры?

Ф. МАТВЕЕВ.

Действительно, практически ни одно объявление, касающееся сделок с квартирами, не остается вне пристального внимания риелторов. Это реалии нашего времени. Однако это вовсе не значит, что вы обязаны проводить свою сделку через риелторскую фирму, даже если ваш покупатель пользуется ее услугами.

Хотя в ряде случаев это не так плохо. Во-первых, в таких фирмах, как правило, есть юристы - специалисты по квартирным вопросам, способные дать квалифицированную консультацию. Во-вторых, сотрудники компаний освобождают вас от сбора необходимых документов и тем самым существенно экономят ваше время. В-третьих, наработанные профессиональные связи позволяют им в максимально короткие сроки зарегистрировать договор купли-продажи в органах по регистрации прав на недвижимое имущество и сделок с ним. А право собственности на жилье переходит только с момента государственной регистрации. Эта возможность особенно важна при расчете между продавцом и покупателем при помощи банковских ячеек, плата за пользование которыми вносится за каждый день и составляет немалую сумму. Выписаться же из продаваемой квартиры можно лишь после регистрации договора купли-продажи.

При этом важно помнить о том, что обращаться лучше в известные фирмы, услугами которых уже пользовался кто-либо из ваших знакомых. И главное - это правильно составленный договор с риелторской компанией. А в этом может помочь лишь опытный юрист.

Полоса подготовлена при участии экспертов журнала "Спрос" и юристов кафедры "Правовые основы экономики" МГТУ "СТАНКИН"

Муж работает, до рождения ребенка я не работала, состояла на учете в службе занятости. Какое пособие я имею право получать и куда мне обратиться?

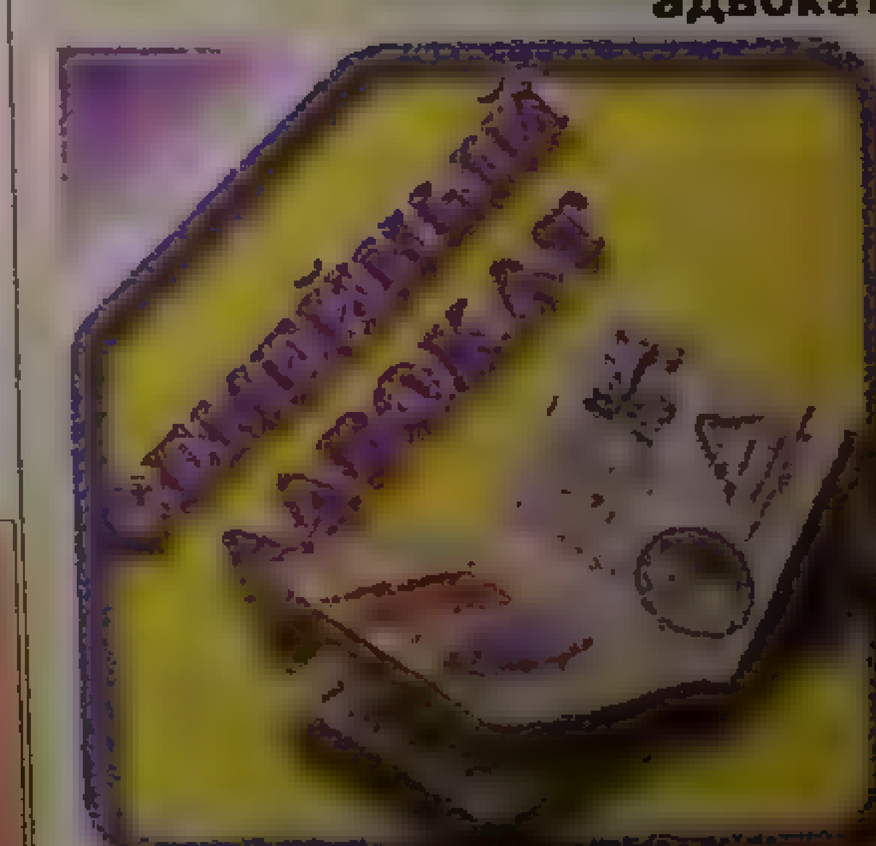
Тамара ЧЕБОТАРЕВА.
г. Нолинск
Кировской области.

В ПОИСКАХ ПОСОБИЯ

К сожалению, вы указали недостаточно информации. В частности, не сообщили, имеете ли конкретную специальность, как долго состоите на учете в органах службы занятости и некоторые другие обстоятельства, имеющие значение для решения сложившейся ситуации.

Но в любом случае вам целесообразнее обратиться за консультацией к специалистам органов службы занятости по месту жительства. Там вам будет предоставлена исчерпывающая информация, разъяснены дальнейшие действия.

Наталья МАКАРЕНКО,
адвокат.



ОСИНАЯ ТАЛИЯ И ТРУСИКИ "ТАНГО"

Людмила БОЯДЖИЕВА - кандидат искусствоведения, социолог и писательница. Написала 18 книг о том удивительном, что могло бы случиться в жизни каждого человека: приключения, авантюры, сказочная любовь, дальние страны... Сегодня Людмила Бояджиева беседует с читателями "Друга дома". Тема - разговор мамы и дочки.

...Ты не умеешь, не знаешь, не хочешь... Тебе не везет, тебе трудно, скучно... Это неправда. Хочешь знать, как все обстоит на самом деле?

Ты не родилась в семье принца Монако и даже директора Российского банка. Не скрою - обидно. К тому же вес заклинивает, а рост недотягивает. Кошмар! Можешь не говорить, что где-то болит, денег негусто и вообще фатальная невезуха - все насквозь вижу. Не сомневаюсь, что для миллионов юных жительниц РФ я попала в точку. Можно угадать твое имя, цену сапожек, которые ты купила в ноябре, почему с тобой простился навсегда любимый... А потом, отплакавшись, самое время разозлиться и начать все заново - на иных основаниях: ты - единственная, ты - сильная, ты - хозяйка своей судьбы. А главное - у тебя есть Молодость!

Попытаемся понять друг друга. Да, у меня внуки, но я далеко не старуха. Совсем недавно я стояла в актовом зале школы, волшебно преобразившемся для выпускного бала: тонкая, трепетная, несуразная. Он прошел по паркету - ошеломляюще элегантный в новом [illegible] костюме, опустил [illegible] глаза, и смоляной [illegible] на вдумчивый лоб серебряного медалиста. Прита-

ноги можно было увидеть лишь раз в год в передаче "Мелодии и ритмы зарубежной эстрады" в семь часов новогоднего утра. Выдерживали, высиживали и были вознаграждены - офигенно заграничный Карел Готт фонтанировал шлягерами в окружении голенастого кордебалета! К счастью, прорвалось в эпицентр культурной жизни фигурное катание. Страшно международное, страшно праздничное и чувственное зрелище. Полагаете, бывает и круче? Тогда мы не знали этого. Смутно слышали что-то про "Мулен руж", Недели высокой моды, конкурсы красоты и молчали, как партизаны, о "критических днях".

Знаете, чем красили ресницы ваши мамы? Мыльной ваксой, купленной в подземном переходе у цыган, которые делали "импортную" тушь из гуталина для обуви. Не приведи Господи пустить слезу - утонешь в едких потоках. Вообще усилия по совершенствованию внешности принято было скрывать, врожденные достоинства ценились особенно высоко. А потому все блондинки были только "натуральными" - о применении обесцвечивания не признались бы и на эшафоте.

Моя отчаянная молодая мама решилась придать своим русым волосам манящий рыжеватый

путешествия - глянцевый эталон образа жизни. Да, не все правда в манящих клипах, не все доступно, но ведь и доступного так много!

В вашем распоряжении пластические хирурги, тренажеры, кварцевый загар, забавные игры с тату. Вы можете посещать курсы МИДа или Академию магии, пользоваться услугами бюро знакомств, туристических агентств или потомственных ворожей. Есть выбор контрацептивов и не маячит за плотскими радостями перспектива бесплатного прерывания беременности, процедура столь унизительная, воровская и постыдная в условиях советского здравоохранения, что страшилки Стивена Кинга в сравнении с ней - сплошная "Санта-Барбара". В конце концов, у вас есть трусики "танго".

Я смотрю на задик дочери, подчеркнутый узкими брючками. Что это? Не может быть! Опасливо провожу рукой и вопросительно заглядываю в глаза:

- Без белья?!

- Мам, это преимущества трусиков "танго" - никаких лишних рельефов. Я тебе подарю.

- Боже, упаси!

Профессию мы выбирали по степени полезности обществу: космонавт, учительница, врач. Наиболее хорошенькие и про-

Вообразите: все нужно делать самой. Пирожные из детской каши, люстры из пустых бутылок, дубленки - из сторожевых тулупов.

Сражение с иностранной фирмой давалось непросто - надо было держать руку на пульсе и напрягать творческий потенциал не слабее Коко Шанель. Знаменитый кинорежиссер привез журналы "Вог" - вздрогнуть и умереть. А потом закупить наперниковой ткани и строчить на столетнем "Зингере" обалденные эксклюзивные модели. Но какие впечатления, эмоции, страсти! Я красила песца голубыми чернилами и обшивала им джинсовый сильно приталенный пиджачок. Пострадала ванна, руки, мебель, одежда, отношения с домочадцами и животными. Но когда появилась в самом центре модной тусовки, ощущение было непередаваемое. Шок, обморок. А трехчасовая очередь за гэдээровским бюстгальтером (пока достоялась, остались лишь на два размера меньше)? И так каждый день! Ни дня без подвига.

Теперь у нас появились вещи - все что угодно: для головы, для тела, для живота. Есть в чем и куда пойти. А музыка, видео, фильмы? Восторг, пир духа! Но почему тонущие в обвале звуков тусовки чреваты взрывами ярости, свеженькие, как у Барби, мордашки омрачены печатью безысходности, скуки, и все чаще, чтобы хорошенько оттянуться, юным и благополучным требуются допинги? Догадываюсь, где таится отрава: обилие удовольствий, широта свободы несут в себе яд пресыщения. К нему привыкаешь, требуя увеличения дозы. Порог чувствительности снижается, а круг допингов, увы, ограничен. Курево, напитки, "колеса", секс во всех вариантах. Границы доз-

любовная горячка и он, в жару и белой шелковой сорочке, писал при свечах нечто гениальное, а потом стрелялся с соперником на розовом утреннем снегу. Сейчас, чтобы задеть за живое, на киноэкране надо выпустить кишки, завернуть что-то криминальное, горяченькое вроде лесбо-педосадо. И что же? Все гуще размазанные по асфальту мозги, свирепеют извращенцы-маньяки, звереют рабы основного инстинкта, но нам не страшно, не больно, неинтересно. Снова та же стена - облом, завал, тупик.

Жалко, хоть плачь. Когда вспоминаешь рыдания зрительного зала над робким трепетом "Шербурских зонтиков", чувствуешь себя посвященной в тайну и рвешься поделиться ею. Ведь позади жизнь. Не такая, чтобы ставить в пример, но, несмотря ни на что, - счастливая.

...Я с ужасом читаю в "Двенадцати стульях": "Старуха зевнула, показав пасть пятидесятилетней женщины". А раньше и не замечала обиды. Девочки, бодрые мои, не ждите, пока зубы можно будет демонстрировать только дантисту, - улыбайтесь. Наш мир щедр к вам. Не дожидайтесь, пока кто-то решит, как вам лучше жить. Жить надо в полную силу, лучиться радостью во весь накал. Ведь именно для этого вы явились в мир... Не презирайте "старух" за то, что они не одобряют трусиков "танго" и многого в вашей нынешней жизни не понимают. Просто у них было по-другому, но сами они точно такие же - вечно ждущие тепла, радости, любви.

Посмотрите друг на друга руки, волосы, глаза [illegible] морщинка, каждая [illegible] ные. Родные люди, [illegible] некуда. Обнимитесь и [illegible]

прошел по паркету - ошеломляюще элегантный в новом взрослом костюме, опустил застенчивые глаза, и смоляной чуб упал на вдумчивый лоб серебряного медалиста. Притаившаяся в начальном призыве музыка пронзительно взвилась, заманивая в омут. Фрэнк Синатра, Адамо, "Битлз", Элтон Джон... Музейный антиквариат, привязанность к которому выдает пуще морщин.

Вам, бесконечно юные, даю ценный совет. Ума не приложу, от чего будут балдеть ваши дети лет через тридцать, но умоляю: молчите о том, что торчали от Децла или Киркорова. Вас не поймут. Не поймут, отчего вы яростно худели и выматывались на тренажерах, сражаясь за мальчишескую узость бедер, округлую крепость икр. Может, в моду вновь войдет талия? В пору моего первого бала без талии ловить было нечего. То есть прямотаки на людях не появишься. Эталон фигуры - молоденькая актриса Людмила Гурченко. Девчонки затягивались до обморока. В широкий пояс для жесткости всовывали рентгеновскую пленку, накрепко пришивали крючки сантиметров на пять дальше реальной возможности, выдыхали и... Талия должна была вместиться в обхват мужских рук. Как славно, что этой проблемы у вас нет, есть голенький животик, выглядывающий между топом и поясом. Поздравляю.

Потом талия и невинность потеряли актуальность. Важнее стали колени и понятие "чувственность". Произошла важнейшая революция - впервые в всей истории женщина решилась задрать подол выше колен. Сколько горячих диспутов сотрясало воздух, сколько родительских оплеух ждало дерзких защитниц мини!

На экране телека голые

А потому все блондинки были только "натуральными" - о применении обесцвечивания не признались бы и на эшафоте.

Моя отчаянная молодая мама решилась придать своим русым волосам манящий рыжеватый отсвет и с этой целью заперлась в ванной с таблетками красного стрептоцида. Названное лекарство обладало побочным красящим эффектом. Применение таблеток в области парикмахерского дела относилось к области смелого эксперимента. Мама не выходила до вечера, приникшим к дверям домочадцам слышались горестные всхлипы. Она рискнула предстать перед нами в сумерках - огненная, как Милла Йовович в "Пятом элементе". Все обмерли, к дедушке вызывали неотложку - он тяжело перенес случившееся с дочерью несчастье. Ведь показавшаяся в таком цвете на улице женщина имела веский шанс загреметь в дурдом с серьезным диагнозом. Такие были времена. Любить было принято возвышенно, отрываясь от повседневной прозы, читать стихи, дарить тюльпаны, водить в консерваторию или театр оперы и балета. Продвинутые девушки предпочитали физиков, укрощающих атом, и геологов, поющих у костров про "солнышко лесное".

Вам, выбравшим "Пепси" и "Орбит", даже не снилось, что были времена, когда приобретение презерватива в аптеке приравнивалось по смелости поступка к покорению горных вершин, за просмотр по видаку "Эммануэли" сажали в тюрьму, а счастливца, вернувшегося из зарубежья, жадно заглядывая в глаза, шепотом спрашивали: "Ты видел стриптиз?" Нынешний тайфун потребления способен сбить с ног. С рекламных щитов, с телеэкранов обрушиваются соблазны: наперебой предлагают себя еда, вещи,

Мам, это преимущества трусиков "танго" - никаких лишних рельефов. Я тебе подарю.

- Боже упаси!

Профессию мы выбирали по степени полезности обществу: космонавт, учительница, врач. Наиболее хорошенькие и продвинутые (этих ничем не удержишь) мечтали о киносъемках и приключениях. Я, например, хотела стать ботаником. Нет, не шизанутой интеллектуалкой, заплесневевшей от библиотечной пыли, а волшебницей, колдующей среди ванильных ароматов тропических теплиц. В дошкольном возрасте девочку привели в Сухумский ботанический сад. Но сад перебили тигры. В цирке выступала дрессировщица Ирина Бугримова - редкая красавица, властная повелительница диких зверей! Тигры обожали ее и прямо стелили свои полосатые шкуры, падая штабелями под сверкающие сапожки! Потрясенные зрелищем, мы с Лариской отправили письмо в журнал "Юность", умоляя срочно ответить на вопрос: как стать укротительницей? Мы трепетно ждали, дрессируя Ларискиного кота. Нам не ответили, и мечта как-то увяла. Да ведь не сошелся же свет клином на тиграх?

Знаете, что коллекционировали тогда самые продвинутые юные леди? Фото киноактеров. Их продавали в киосках по семь копеек. Мордюкова, Рыбников, Ларионова, Симона Синьоре, Жерар Филип, Беата Тышкевич - старательно отретушированные, в основном черно-белые, портреты. Заглядывая в осененные бархатными ресницами глаза кинозвезд, девушки не сомневались: вот они, подлинные счастливчики. На работе постоянное вращение среди Стриженовых и всяческих Лановых, в личной жизни - бесконечное купание в лучах славы. Поклонники, популярность, деньги... Нет, о деньгах мы не думали.

удовольствий, широта свободы несут в себе яд пресыщения. К нему привыкаешь, требуя увеличения дозы. Порог чувствительности снижается, а круг допингов, увы, ограничен. Курево, напитки, "колеса", секс во всех вариантах. Границы дозволенного отступают. А дальше что? Ватная усталость, тупое осатанение. Может, иногда стоит волевым порядком сесть на "диету"?

Представьте: во времена Пушкина обольстительнице стоило лишь показать носок туфельки из-под трехслойного подола, чтобы героя охватила

было по-другому, но сами они точно такие же - вечно ждущие тепла, радости, любви.

Посмотрите друг на друга. *Руки, волосы, глаза, каждая морщинка, каждая жилка - родные. Родные люди, роднее некуда. Обнимитесь и подышите вместе, слушая, как стучат два сердца. Вот же она - радость! Как это "не получается"?! Что значит "трудно"? Да почему, почему скучно?! Нет, так не пойдет. Заходите в гости, пишите "Другу дома", и мы обязательно что-нибудь придумаем.*

Людмила БОЯДЖИЕВА.

МАГИЯ МЕДНОГО ПЯТАКА

Как бы студенты ни были уверены в своих знаниях, сколько бы времени они ни тратили на зубрежку, все же, отправляясь на экзамен, многие из них подкладывают под пятку медную монету.

Волшебные свойства этого амулета использовали еще наши далекие предки. Успех, приносимый медной монетой, зависит от правильности процедуры. Как гласят указания древних ведунов, монету именно из чистой меди надо подложить под правую пятку: ученые установили, что как раз там находится одна из биоактивных точек человека. Ионы меди, проникая через нее в кровь, повышают энергетику организма и активизируют высшую нервную деятельность, иными словами, работу мозга. В результате этого человек легче собирается с мыслями и наиболее эффективно раскрывает свои способности и знания.

Такие свойства меди были замечены еще жрецами Древнего Египта. Они всегда рекомендовали своим ученикам во время занятий надевать на голову медный обруч. Правда, со временем эти медные стимуляторы у молодежи изымались. Считалось, что дальше надо привыкать думать самостоятельно. А ослушавшиеся наказывались.

Татьяна ГУРЬЕВА.

Давай начистоту –

НЕ ТАК СТРАШЕН ЭКЗАМЕН...

Как лучше подготовиться к экзаменам. Я заканчиваю 9-й класс и очень боюсь результатов.

Оля ЖИДКОВА.
г. Новокузнецк Кемеровской области.

Страх экзаменов возникает из-за того, что кажется будто объем материала настолько велик, что его просто невозможно выучить. На самом деле это не так. Учила материал ты все-таки в основном в течение учебного года. А за время, отведенное для подготовки, ты должна его повторить, в крайнем случае подтянуть какие-то темы. И здесь главное - правильно распределить время подготовки. Некоторые предпочитают как следует выспаться, а последний день, включая и ночь, плотно посидеть за учебниками. Но это не совсем правильно. Лучше заниматься каждый день, но понемногу, разбив материал на темы: Сегодня одну, завтра - другую. К тому же ты сама знаешь, в какое время дня занятия для тебя более продуктивны. У одних, например, голова лучше работает утром, а другие часов до 11 самый простой пример решить не могут. Исходя из этого составь график своих занятий. Обязательно оставляй время для отдыха.

В принципе не самый плохой способ подготовки - это написание шпаргалок. Ведь тебе нужно систематизировать и кратко изложить материал, собственно, сделать именно то, что требуется от тебя на экзамене. Так что написать шпаргалку можно, а вот пользоваться ею не надо.

Не увлекайся успокоительными препаратами - стресс они, может быть, снимут, но и притупят реакцию, то есть думать ты будешь несколько медленнее. С другой стороны, не надо пить и тонизирующие напитки (крепкий чай, кофе). Может быть, ты сможешь лечь на пару часов попозже и лишний раз прочесть какую-то тему, но наутро будешь чувствовать себя еще более возбужденно. Поэтому лучше как следует выспаться.

От яркой косметики и слишком коротких юбок советую воздержаться. Не надо смотреть на экзаменационную комиссию глазами, полными ужаса. В конце концов, это те же преподаватели, у которых ты училась целый год, и вряд ли они казались тебе настолько страшными. А если ты понимаешь, что от страха не можешь вымолвить ни слова, представь себе, будто с экзаменатором случилось что-то смешное и нелепое. Например, как на голове у директора школы красуется ваза с цветами. Этот несложный прием поможет тебе справиться с психологическим ступором.

И еще один совет. Когда ты тянешь билет и читаешь вопрос - первая мысль: ничего не знаю. Закрой глаза, посчитай про себя до десяти. Затем снова прочти задание. Уверяю, оно уже не покажется тебе таким страшным.

Светлана ТРУБИЦЫНА,
психолог центра
"Ваш консультант".

СЛОВНО ТАБЛИЦУ УМНОЖЕНИЯ, ВЫУЧИ ПРАВИЛА ДВИЖЕНИЯ

Сейчас, когда на дорогах становится все больше и больше машин, правила дорожного движения пешеходу нужно знать не хуже водителей. А выучить их

КАК БЫТЬ?

Стрелки - прямо, влево, вправо.

Я, шофер, сбит с толку,

Поварешка

КУКУРУЗНОЕ РАФАЭЛЛО

Пишет вам Оля. Я учусь в 3-м классе. Наша семья большая - 7 человек, и мама всех учит готовить, спасибо ей за это. Иной раз у меня не получается, но мама ест и говорит, что вкусно. Это чтоб меня не огорчать, а если совсем не получается, утешает: подрастешь, и все будет хорошо. Напишу несколько рецептов, которые мне больше всего нравятся.

ДОМАШНЕЕ

Поставьте на слабый огонь

СЛОВНО ТАБЛИЦУ УМНОЖЕНИЯ, ВЫУЧИ ПРАВИЛА ДВИЖЕНИЯ

Сейчас, когда на дорогах становится все больше и *больше машин, правила дорожного движения пешеходам нужно знать не хуже водителей. А выучить их помогут стихи-загадки, придуманные поэтом Владимиром КРЕМНЕВЫМ.*

"КИРПИЧ"-ПОВЕЛИТЕЛЬ

На машине мчусь стрелой.
Глядь - "кирпич"
передо мной.
Не валяется - висит,
Ехать дальше не велит.
Торможу тотчас - и вот
Захожу на разворот...
Почему, друзья, хочу
Угодить я "кирпичу"?

(Дорожный знак, запрещающий проезд.)

"ЗЕБРА" В ГОРОДЕ ГУЛЯЕТ

Транспорту сигнал дан:
"Стой!"
"Зебра" вширь на мостовой,
Как в саванне, разлеглась.
Все шагают, торопясь.
Покумекайте теперь:
Лег зачем под ноги "зверь"?

(Знак "Пешеходный переход".)

УДИВИТЕЛЬНО

Изумлением объят:
Предо мной возник плакат -
Принимает душ машина.
Чем для хохмы не причина?
Это сказка, а не быль -
В бане мыть автомобиль.
Рисовальщик, знать, чудак?
Или я попал впросак!

(Знак "Мойка автомобиля".)

БУДЬ ГОТОВ!

Мчусь по шоссе я на
машине,
Как резвый ветер по
пустыне.
Внезапно сбоку вырос знак -
Похожий на змею зигзаг.
Шоферов друг вещал
без слов,
Что впереди...
Мол, будь готов!

(Знак "Опасный поворот".)

ПОДСКАЖИТЕ

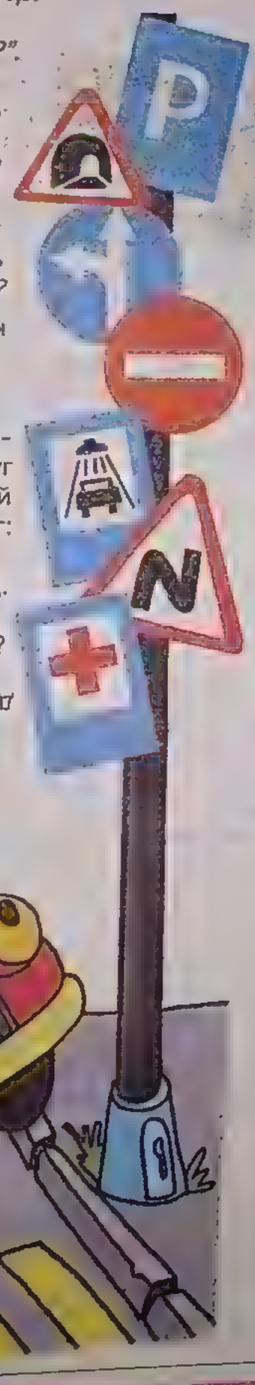
Утомился. Вижу сквер.
А в стороне -
букву "Р".
Мне, водителю,
чуть-чуть
В сквере бы
передохнуть!
Посоветуйте,
друзья:
Можно встать здесь
иль нельзя?

(Знак "Место стоянки".)

СИНИЙ КРУГ

Поддав газку, лечу -
и вдруг
Передо мною синий
круг:
Изображен
велосипед.
Остановиться или
нет?

(Знак "Велосипедная дорожка".)



КАК БЫТЬ?

Стрелки - прямо, влево,
вправо.
Я, шофер, сбит с толку,
право.
Кто бы мне скорей помог
Размотать клубок дорог!

(Знак "Движение прямо, налево, направо.")

ЧТО ЗА НОРА?

В треугольнике -
нора.
Вспомнить тормоза
пора.
Не пройдет машина
в нору.
Как преодолеть мне
гору?

(Знак "Тоннель".)

АЛЫЙ КРЕСТ

Алый крест у дома
вижу.
Подъезжаю я
поближе.
Для чего и почему
Он висит здесь -
не пойму!

(Знак "Медицинская помощь".)

МИГАНИЯ-ПРИКАЗАНИЯ

Каждый из трех
ярких глаз
Четкий отдает
приказ:
Стоит желтому
моргнуть -
Значит, бдительнее
будь!
Красный строго
возвестит:
"Хода нет - проезд
закрыт!"
Заблестит зеленый
глаз -
Путь откроется
тотчас.
Сам не видит и в упор
Разноглазый ... .

(Светофор.)

Поварёшка

КУКУРУЗНОЕ РАФАЭЛЛО

Пишет вам Оля. Я учусь в 3-м классе. Наша семья большая - 7 человек, и мама всех учит готовить, спасибо ей за это. Иной раз у меня не получается, но мама ест и говорит, что вкусно. Это чтоб меня не огорчать, а если совсем не получается, утешает: подрастешь, и все будет хорошо. Напишу несколько рецептов, которые мне больше всего нравятся.

ДОМАШНЕЕ "РАФАЭЛЛО"

150 г творога смешайте с 150 г сахара, добавьте кокосовую стружку. Перемешайте, слепите шарики, обваляйте в кокосовых стружках. Поставьте в холодильник на полчаса. Можно положить в каждый шарик по кусочку грецкого ореха. Будет вкусней.

РУЛЕТ ИЗ КУКУРУЗНЫХ ПАЛОЧЕК

250 г маргарина и 300 г ирисок положите в миску. Поставьте на слабый огонь, помешивая, растопите до однородной массы. Снимите с огня, всыпьте в миску 200 г кукурузных палочек, размешайте, вылейте в полиэтиленовый пакет, придав форму рулета, положите в холодильник. Когда застынет, нарежьте кружочками.

Оля ВЫСОТСКАЯ.
г. Слободской Кировской области.

НАПИШИТЕ МНЕ ПИСЬМО!

Меня зовут Оксана. Мне 15 лет, я хотела бы переписываться со своими ровесниками - мальчиками и девочками.

Я учусь в лицее на втором курсе, занимаюсь в музыкальной школе по классу баяна, люблю физкультуру, занимаюсь бегом, баскетболом.

Люблю слушать музыку таких групп, как "Любэ", "СМЭШ", "Премьер-министр", "Дискотека "Авария". Отвечу всем. Можно прислать фото.

С уважением Вохрамеева Оксана. **Мой адрес: Республика Калмыкия, г. Лагань, ул. Советская, 132. Вохрамеевой Оксане.**

Привет! Меня зовут Катя. Мне 14 лет. По гороскопу Водолей. Обожаю писать стихи, слушать музыку. У меня много друзей, но я хотела бы пополнить их список. Все, кому от 14 до 17, пишите, жду.

Мой адрес: 627707, Тюменская область, Ишимский р-н, с. Равнец, ул. Молодежная, д. 39. Бородиной Екатерине.

Всем привет! Меня зовут Наташа. Мне 15 лет, учусь в 9-м классе. По гороскопу - Скорпион. Люблю слушать современную музыку. Хочу переписываться с девчонками и мальчишками любого возраста.

Мой адрес: 623782, Свердловская обл., г. Артемовский, ул. Полярников, д. 33, кв. 44. Зыряновой Наташе.

ЛЮБИТ ВОДУ АКВИЛЕГИЯ

Каждое растение старается использовать атмосферную влагу с наименьшими потерями. Для этого существуют самые разные приспособления. Например, у аквилегии листья с внешней стороны покрыты тонким восковым налетом. Попадая на него, капельки воды не растекаются по поверхности, а скатываются по черешкам к основанию листьев. За это свойство аквилегию нередко называют водосбором.

Цветет аквилегия в первой половине лета. У садоводов уже сформировался определенный стереотип в отношении этого растения: крупные (5-7 см) звездообразные цветы, у которых середина и лепестки окрашены по-разному. Как ни странно, махровые формы водосбора менее декоративны, чем простые.

Водосбор относится к группе малолетних растений. Он хорошо растет на одном месте несколько лет, а затем начинает постепенно увядать. Но это вовсе не означает, что растение погибнет, просто цвести оно будет очень слабо. Чтобы избежать преждевременного старения, взрослые кусты нужно периодически делить на несколько частей и рассаживать. Однако делать это следует осторожно, потому что при повреждении корней аквилегия плохо переносит пересадку.

После цветения водосбор не теряет своей декоративности. Пышные кустики, состоящие из множества резных листьев, украшают сад до глубокой осени.

МАЛЕНЬКИЕ СЕКРЕТЫ БОЛЬШОЙ ДРАЦЕНЫ

В комнатных условиях выращивают различные виды драцен. Наиболее распространенные среди них - душистая, деремская, окаймленная.

Друг от друга они отличаются главным образом формой и окраской листьев. В природе драцены - это высокие и мощные деревья. В домашних условиях они достигают значительно меньших размеров, но тем не менее относятся к группе крупномерных растений. При хорошем уходе драцена может вырасти до 2-3 метров. Но даже в благоприятных условиях драцена цветет достаточно редко. Соцветие формируется на верхушке стебля и распускается постепенно. Цветки обладают сильным приятным ароматом.

Драцены достаточно неприхотливы. Они могут расти в полутени, при низкой влажности воздуха. Однако все же лучше поставить растение поближе к окну и время от времени опрыскивать. Нижние листья по мере взросления будут постепенно опадать. Это естественный процесс. Если вы хотите иметь не развесистое дерево, а пышный кустик, то для этого необходимо периодически срезать и укоренять верхнюю часть растения. Из оставшегося пенька также начнут расти новые побеги. Обычно их число варьируется от 2 до 4.

ОБРЕЗКА ЦИТРУСОВЫХ

Прежде всего следует удалить длинные однолетние побеги, ра-

КАПРИЗНОЕ ФЛАМИНГО

Антуриум - очень красивое вечнозеленое

ОБРЕЗКА ЦИТРУСОВЫХ

Весной цитрусовые растения (лимон, апельсин, мандарин, грейпфрут, кумкват и т.п.) нуждаются в обрезке. Во-первых, для того, чтобы крона имела опрятный и красивый вид, во-вторых, правильно сформированное деревце дает больше плодов.

Прежде всего следует удалить длинные однолетние побеги, растущие вертикально. Это так называемые волчки. Они забирают изрядное количество питательных веществ, но расходуют их только на образование листьев. Вообще желательно, чтобы все веточки в кроне имели длину 15-20 см. Для этого вовсе не обязательно дожидаться, пока они достигнут возраста нескольких месяцев. Вполне достаточно удалить верхушку у еще молодых побегов. Этот прием называется прищипка.

Грамотная обрезка стимулирует пробуждение спящих почек и рост молодых побегов. Но слишком большое количество веточек тоже плохо - они загущают крону. Поэтому после обрезки нужно периодически удалять лишние побеги в самом начале их развития.

Обрезанные стебли можно использовать для черенкования. Для этого лучше всего подходят побеги в возрасте 1-1,5 года. Их легко отличить по внешнему виду, они окрашены в зеленый цвет и имеют округлое сечение. Более молодые стебли - плоские, а более старые уже начинают одревеснеть.

ТОВАРЫ - ПОЧТОЙ (К)

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1170 р.**

Эл. сепаратор (220 В, 55 л/час, гарантия 12 мес.) **1451 р.**

Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1679 р.**

Эл. мясорубка (вес 4 кг, гарантия 1 год, в комплекте - соковыжималка) **1451 р.**

Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **945 р.**

Озонатор (12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1480 р.**

Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1523 р.**

Цена включает все затраты и действительна **до 27.03.2003 г.**

ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"** телефон 8-383-2-74-04-42.

Драцены достаточно неприхотливы. Они могут расти в полутени, при низкой влажности воздуха. Однако все же лучше

КАПРИЗНОЕ ФЛАМИНГО

Антуриум - очень красивое вечнозеленое многолетнее растение. За изысканное и оригинальное по форме соцветие, придающее ему экзотический вид, антуриум назван "цветком фламинго".

Соцветие представляет собой початок с покрывалом различной окраски. При правильном уходе гибриды антуриума Андрэ цветут почти круглый год, а антуриума Шерцера - только весной.

Вообще антуриум довольно капризное растение. По возможности ему нужно создать условия его далекой родины - тропических лесов Центральной и Южной Америки.

В уходе за растением существенное значение имеет температурный режим, так как от этого зависит развитие листьев и цветков. Оптимальной температурой в период активного роста считается 20-22 градуса днем, 12-14 - ночью. Закладка цветочных почек происходит при температуре 22 градуса. Появлению цветков также способствует соблюдение периода покоя зимой. Он заключается в понижении температуры до 16-18 градусов и уменьшении полива.

Антуриум потребляет много воды, поэтому нельзя допускать полного пересыхания почвы. Поливайте его регулярно и обильно отстоянной водой комнатной температуры. Следите за тем, чтобы почва не была переувлажнена и вода не скапливалась на поддоне. Для поддержания высокой влажности воздуха наберите в лесу или на болоте мох сфагнум. Затем поместите горшок с антуриумом в пустой декоративный горшок и заполните пространство между стенками двух горшков влажным мхом. Полезно также положить мох на поверхность земли.

Повышению влажности способствует также регулярное опрыскивание и протирание листьев. При этом старайтесь не попадать водой на покрывала цветков, иначе на них образуются уродливые пятна.

Пересаживать антуриум лучше весной. Как эпифитное растение, он требует рыхлых, хорошо дренированных почв. Лучшим субстратом считается смесь из листовой, торфяной, хвойной земли и песка (1:1:1:0,5) с добавлением мелкого древесного угля и измельченной хвойной коры. При пересадке предпочтение отдавайте неглубоким широким пластмассовым горшкам. Осторожно обращайтесь с самим растением. Оно ядовито! Кроме того, корни у антуриума хрупкие, их легко можно повредить.

Анна ЯНИНА, фитодизайнер.

Раздел ведет обозреватель "Друга дома" - агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ

(К) **ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3**

220 В, 1,5 кВт - 9200 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - 4900 р.

М. Ленинский просп., 5 Донской пр-д, 21б, проходная ЭНИМС

Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

НАСТОЯЩИЙ МУЖЧИНА

КАК СТЕЛИТЬ ЛИНОЛЕУМ

Как настилать линолеум в квартире своими руками, что для этого нужно?

Зинаида КУШНАРЕНКО. г. Жирновск Волгоградской области.

В зависимости от материалов, применяемых для изготовления линолеума, его разделяют на глифталевый, поливинилхлоридный, коллоксилиновый, резиновый (релин), пергаминный. Выпускают линолеум на бумажной или тканевой основе (или без основы), разных цветов, тисненый, гладкий и с рисунком.

Линолеум - это долговечный, красивый, малотеплопроводный, легко моющийся материал.

Для приклеивания линолеума применяют различные мастики и пасты. Например, пасты ПА, ПЛ-1, БС-Б - двухкомпонентные, состоящие из пасты и отвердителя.

В мастику ДФК-П отвердитель не добавляют. Битумно-синтетическую холодную мастику используют для приклеивания поливинилхлоридного линолеума с тканевой основой и без нее.

Клеящие каучуковые мастики КН-2, КН-3 применяют для приклеивания синтетических ворсовых ковров и резинового линолеума.

Мастики можно приготовить и самим, но лучше этого не делать - спросить у про-

жно быть абсолютно ровным.

Зыбкое основание (прогибающиеся доски) непригодно для настилки линолеума, так как в местах прогиба линолеум быстро приходит в негодность.

Любое основание должно быть обязательно сухим. Только к сухому основанию линолеум хорошо приклеивается.

Чтобы выровнять нижележа-

частей песка. Приготовленный раствор должен напоминать густое тесто. Кстати, на рынке очень большой выбор готовых сухих смесей-стяжек.

Перед укладкой стяжки основания тщательно очищают от пыли, мусора и смачивают водой и, как только она впитается, наносят раствор, разравнивают его полутерком и по возможности затирают теркой. Выровненный раствор после схватывания затирают или заглаживают и в течение нескольких дней поливают водой, чтобы повысить прочность стяжки и предупредить образование трещин. Некоторые типы готовых стяжек не требуют полива и высыхают быстрее.

Купленный рулон линолеума желательно размотать и уложить на ровное место, дав ему несколько дней на разравнивание.

Линолеум настилают так, чтобы на его поверхности не было волнистости, вздутий, углублений. Для этого его нарезают на полотна или куски нужных размеров, укладывают на пол и каждый кусок приглаживают мешком с горячим песком или горячим утюгом.

При раскрое линолеума надо учитывать расположение полотен в помещении. Полотна мраморовидного и одноцветного линолеума рекомендуют укла-

Прочность наклейки зависит от многих факторов: правильной подготовки основания, его влажности, температуры в помещении, правильно изготовленной и выбранной мастики и самой техники настилки.

Для работ с линолеумом необходимы остро наточенные ножи, фугованная линейка, шпатели и кисти, которыми наносят мастику.

Лучше всего настилать линолеум с прирезкой кромок после наклейки. В этом случае полотна плотно прилегают друг к другу и швы почти незаметны. Этот прием можно выполнять на любых мастиках и с любым линолеумом.

Перед настилкой линолеума основание тщательно очищают от пыли и грязи. При-

Рисунок 2. Прорезка двух полотен насквозь ножом-резаком

готовленной мастикой шпаклюют с помощью широкого шпателя основание и тыльную сторону линолеума, но так, чтобы стыкуемые кромки полотна на 150-200 мм не были намазаны мастикой. После этого полотно укладывают на место, тщательно приглаживая сперва руками,

ка, то кромки отворачивают и всю мастику удаляют. Это делают для того, чтобы не приклеились раньше времени неприрезанные кромки. Таким образом наклеивают нужное число полотен.

После того как линолеум хорошо приклеится к основанию, а мастика подсохнет, на что потребуется не менее недели, приступают к прирезке кромок и их приклейке.

Для этого используют острые ножи. На кромки линолеума кладут линейку, плотно прижимают коленом и левой рукой или грузом. Приставляют к линейке ножи и режут, желательно одновременно, обе кромки линолеума за один прием **(рисунки 1, 2)**.

Прирезав кромки линолеума, их отворачивают, основание и тыльную сторону промазывают мастикой и приклеивают сначала кромку одного полотна, затем другого. Всю выдавленную мастику снимают, закрывают шов бумагой, кладут на шов доску, хорошо прижимая ее грузом, и оставляют на несколько суток.

Линолеум с рисунком настилают таким образом: обрезав кромки и выполнив все подготовительные работы, приступают к полной наклейке первого полотна, не оставляя при этом неприклеенных кромок. Через 2-3 суток наклеивают второе полотно, но приклеивают только одну примыкающую кромку шириной 150-200 мм, остальное полотно не приклеивают. Кромки желательно пригрузить на 2-3 суток или более и только затем наклеить оставшуюся часть полотна.

Когда приходится наклеивать три полотна, то лучше всего сначала полностью на-

Клеящие каучуковые мастики КН-2, КН-3 применяют для приклеивания синтетических ворсовых ковров и резинового линолеума.

Мастики можно приготовить и самим, но лучше этого не делать - спросить у продавца о клее, какой годится для покупаемого типа линолеума.

Перед тем как клеить линолеум, надо тщательно подготовить основание, так как линолеум, обладающий эластичностью, воспринимает все дефекты основания (выпуклости, вогнутости, мелкие механические частицы), на которое его наклеивают. Поэтому основание под покрытие дол-

нахлест

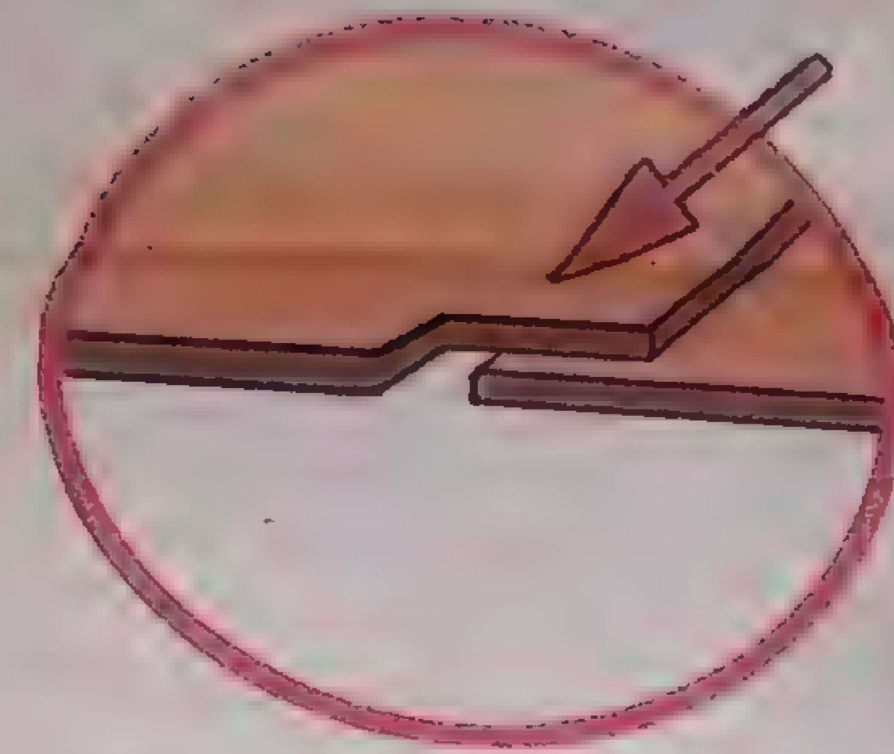


Рисунок 1. Раскладка полотен линолеума перед их прорезкой

щие бетонные, каменные, кирпичные основания, устраивают цементно-песчаную стяжку состава 1:2,5 или 1:3, то есть на 1 часть цемента берут от 2,5 до 3

...его нарезают на полотна или куски нужных размеров, укладывают на пол и каждый кусок приглаживают мешком с горячим песком или горячим утюгом.

При раскрое линолеума надо учитывать расположение полотен в помещении. Полотна мраморовидного и одноцветного линолеума рекомендуют укладывать по направлению света. Такой порядок их укладки больше скрывает швы, и пол становится как монолитный. Если линолеум с рисунком, то полотна располагают в продольном направлении комнаты с обязательным совпадением рисунка.

Настилать линолеум лучше на мастику, которая пригодна для наклейки того или другого линолеума на соответствующее основание.

...насквозь ножом резаком

готовленной мастикой шпаклюют с помощью широкого шпателя основание и тыльную сторону линолеума, но так, чтобы стыкуемые кромки полотна на 150-200 мм не были намазаны мастикой. После этого полотно укладывают на место, тщательно приглаживая сперва руками, затем мешком с песком или валиком от середины полотна к краям, чтобы полностью выдавить из-под полотна излишки мастики и воздух (иначе кромки полотна не приклеются).

Затем точно в такой же последовательности наклеивают второе полотно, но так, чтобы его кромка перекрывала ранее уложенное полотно на 10-20 мм.

Если в процессе настилки из-под кромок вылезет масти-

...наклеивают второе полотно, но приклеивают только одну примыкающую кромку шириной 150-200 мм, остальное полотно не приклеивают. Кромки желательно пригрузить на 2-3 суток или более и только затем наклеить оставшуюся часть полотна.

Когда приходится наклеивать три полотна, то лучше всего сначала полностью наклеить среднее, хорошо пригрузив кромки, а через 2-3 суток - кромки оставшихся двух полотен, так же намазывая мастику полосой шириной не более 150-250 мм, и только через 2-3 суток - оставшиеся части полотна.

После этого останется закрепить плинтусы на свои места. Покрытие готово.

Сергей ДМИТРИЕВ.

КАК ЖЕ БЕЗ ВЕДРА?

Подумаешь, ведро - мелочь быта. А между тем эта емкость всегда нужна в домашнем хозяйстве. Чтобы служили ведра дольше, их нужно беречь и в случае надобности ремонтировать. Тем более что стоят они сейчас недешево.

К примеру, прохудившееся ведро, если под рукой нет средств для более серьезного ремонта, можно быстро "запаять" полиэтиленом. Вставьте в отверстие свернутый конусом кусок полиэтиленовой пленки (острым концом наружу) и подожгите его с двух концов. Расплавившись, полиэтилен плотно закроет отверстие.

Покупая полиэтиленовую емкость для воды, обратите внимание на надпись "Для пищевых целей". В емкостях с надписью "Для технических целей" питьевая вода находиться не должна.

Прохудившееся ведро может еще исправно послужить, если поврежденную поверхность тщательно очистить от ржавчины, жира и других загрязнений и залить горячим сургучом.

Металлическое ведро для отходов будет служить дольше, если защитить его дно от ржавчины. Для этого надо покрыть дно защитной пленкой из пенопласта, разведенного в любом из растворителей на основе ацетона.

Можно натянуть на дно ведра кусок старой автомобильной камеры. Тем самым продлевается срок службы ведра, особенно эмалированного, а также достигается другой приятный эффект - оно не гремит.

Нацепив на нижний бортик эмалированного ведра 3-4 куска упругой резиновой трубки (надрезанных вдоль), вы также предохраните ведро от преждевременного износа и избавитесь от излишнего шума.

Даже дырявому ведру, у которого проржавело дно, можно найти полезное применение. Удалите остатки дна, вставьте на его место решетку. В такое ведро удобно собирать картофель, морковь, свеклу: приставшая земля тут же высыпается.

А вот еще один совет народных умельцев, как можно сделать ведро-контейнер, рассчитанный для садоводов.

Не всякие ягоды в ведре понесешь или повезешь - они помнутся. И все-таки ведро с крышкой можно превратить в удобный контейнер для их транспортировки. Для этого делают три похожих на сковородки поддона. Их размеры подобраны так, чтобы поддоны располагались в ведре один над другим, в три этажа, плотно прилегая своими конусообразными бортами к его стенкам. Поддоны сначала заполняют ягодами и уже потом опускают в ведро. Не забудьте снабдить "сковородки" ручками - иначе и ставить, и вынимать их трудно.

Анатолий САФОНОВ.

НИ ПЫЛИНКИ, НИ СОРИНКИ

У нас вылетело несколько дощечек из паркета. Приклеили их, а они не держатся, через три дня опять вылетели. Как нам быть?

Сергей СТЕПАНЕНКО. Оренбург.

Причин может быть две. Либо вы недостаточно хорошо очистили посадочное место, у вас остались там пыль, сор, которые и сыграли роль "клееизолятора". То есть все это прилипло к дощечкам, и клей до "дна" так и не дошел. Либо дощечки у вас деформированы, и, наступая на один край паркетины, вы создаете своеобразный рычаг, отрывая другой край. Поэтому хорошенько вычистите посадочные места, при необходимости подстругайте дощечки, чтобы они лежали плотно и не "гуляли". Клеить лучше всего на толстый слой эпоксидного клея, который сыграет роль компаунда, разлившись под дощечками и создав дополнительную опору. Наступать на приклеенные дощечки можно не ранее чем через сутки.

Алексей КАМИЛОВ.

И БЕЗ КАЛОШ НЕ ПРОМОКНЕШЬ

Когда я выезжаю на дачу, в валенках хожу. А чтобы они не промокали (а то по весне грязь, снег с водой пополам), я их пропитываю. Разведите на водяной бане парафин так, чтобы он совсем жидкий был, снимите с огня и влейте туда бензин. На стакан жидкого парафина - стакан бензина. И этой смесью смажьте валенки. Валенки тоже можно нагреть: так в них парафин быстрее впитается. Через час-два бензин испарится, а валенки "пропарафинятся" и станут водонепроницаемыми.

Таким же составом я промазываю телогрейку на случай снега с дождем.

Андрей РУСКИН. Оренбург.

И ДЛЯ СУПОВ, И ДЛЯ САЛАТОВ

Такой популярный представитель бобовых, как фасоль, имеет более 200 видов, распространенных по всему миру, и только чуть больше 20 из них возделываются на зерно, а также как незрелые бобы-лопатки (стручки).

Фасоль неприхотлива, но теплолюбива, выращивается повсеместно. В северных и восточных районах нашей страны в основном сеют овощную стручковую фасоль - зеленые лопатки, богатые белками, крахмалом, сахаром, витамином С. В условиях средней и северной полосы посев приходится на конец мая - начало июня, когда температура почвы на глубине 10 см составляет не менее 12 градусов, а южной - 8-10 градусов.

Лучше всего фасоль высевать гнездами, по два семени в лунку на глубину 5 см. После всходов в лунке оставляют сильное растение, а слабое удаляют. Почву рыхлят, уничтожают сорняки, когда же растение достигнет в высоту 10-15 см, легко окучивают.

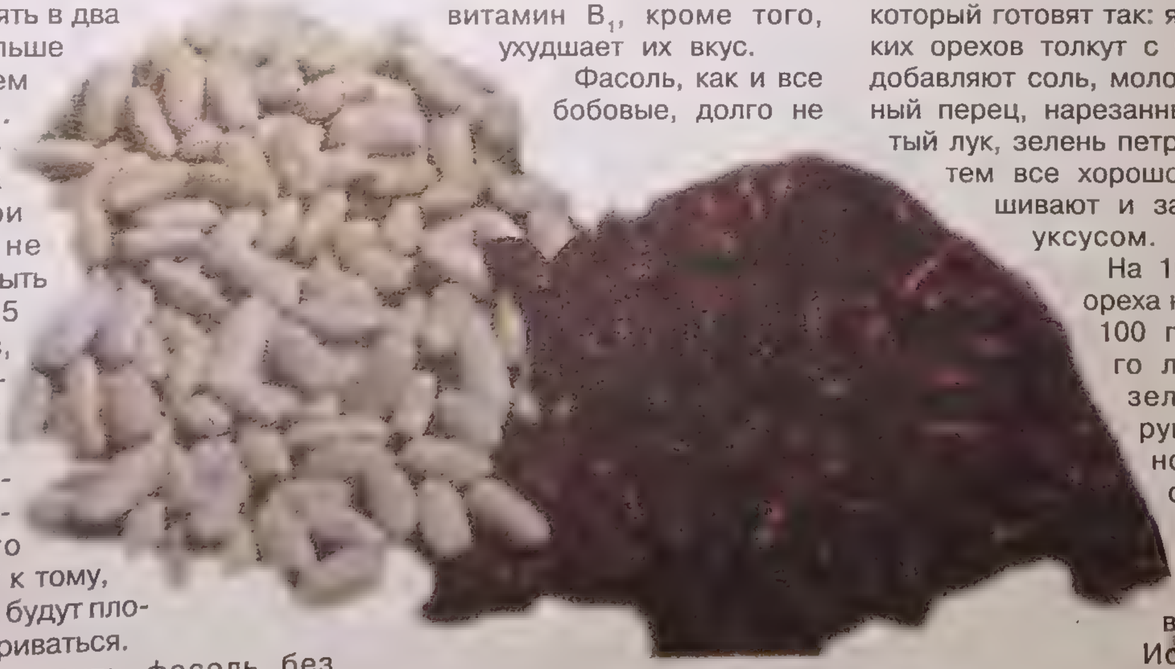
Убирают овощные сорта по мере роста и развития лопаток - с конца июня по август. Хранить их в обычных условиях можно не более суток. При температуре, близкой к нулю, и высокой влажности (около 90 процентов) лопатки не вы[illegible] и не портятся в течение 5-7 суток.

Фасоль в зрелом состоянии - зерновая, шаровидная или почковидная, бывает разнообразной белой, цвет-

Есть у этого продукта один недостаток - долго варится. Перед тем как приступать к варке, фасоль необходимо перебрать, два-три раза промыть в холодной воде. А чтобы ее быстрее сварить, зерна следует предварительно замочить в холодной воде и оставить на три-пять часов. Для замачивания нужно взять в два раза больше воды, чем зерен. Температура воды при этом не должна быть выше 15 градусов, в противном случае фасоль может закиснуть, что приводит к тому, что зерна будут плохо развариваться.

Если варить фасоль без предварительного замачивания, большая часть зерен потеряет свою форму - разварится. В конце замачивания фасоль должна увеличиться вдвое.

После замачивания воду нужно слить и залить зерна свежей так, чтобы



Во время варки нельзя прерывать кипение и добавлять холодную воду: зерна растрескиваются и медленнее разваривают.

Не следует во время варки фасоли добавлять в воду питьевую соду, которая хоть и ускоряет процесс варки, но разрушает содержащийся в зернах витамин B_1, кроме того, ухудшает их вкус.

Фасоль, как и все бобовые, долго не разваривается, если ее готовят вместе с кислыми продуктами. Только после того как зерна станут мягкими (через 1-2 часа), можно их солить и заправлять томатным соусом, пастой, уксусом.

дерея, которые в конце варки удаляют.

Зеленые стручки (лопатки) фасоли, как правило, консервируют и используют для приготовления супов, винегретов, гарниров и др.

Можно приготовить стручковую фасоль в масле. Для этого надо очистить лопатки от волокон, разрезать на кусочки и сварить в подсоленной воде. Затем откинуть их на дуршлаг, дать стечь воде, положить в кастрюлю и заправить сливочным маслом, солью, перцем. Подать на стол в подогретом виде.

Консервированную фасоль отваривать не следует, а только заправить.

К отварной и консервированной фасоли в качестве заправки подойдет ореховый соус, который готовят так: ядра грецких орехов толкут с чесноком, добавляют соль, молотый красный перец, нарезанный репчатый лук, зелень петрушки. Затем все хорошо перемешивают и заправляют уксусом.

На 100 г ядер ореха надо взять 100 г репчатого лука, 50 г зелени петрушки, чеснок, уксус, соль, молотый красный перец по вкусу.

Используют стручки зеленой фасоли и для приготовления мясных блюд, например с бараниной.

Баранину надо обмыть, нарезать небольшими кусочками и обжарить на сливочном или топленом масле. Переложить в неглубокую кастрюлю и залить

ковую фасоль, перец, соль и тушить до полной готовности баранины. Перед подачей на стол посыпать зеленью петрушки или укропом.

Зрелую фасоль потребляют в пищу либо в зернах, либо делают из нее пюре и заправляют растительными или животными жирами.

Из мелкой белой фасоли можно приготовить оригинальный салат по-польски. Отварите фасоль, воду слейте. Яйца, сельдь, лук, огурец и кислое яблоко мелко нарежьте и смешайте с вареными зернами. Заправьте майонезом (можно добавить столовую ложку горчицы), солью, сахаром и мелко нарезанной зеленью петрушки и кинзы.

На 200 г мелкой фасоли понадобится 2 вареных яйца, 100 г репчатого лука, 100 г очищенной сельди, по соленому огурцу и яблоку, 2 столовые ложки зелени петрушки, полстакана майонеза.

Можно сделать своеобразное жаркое с фасолью и копченой грудинкой. Сварите копченую грудинку, нарежьте ее небольшими кубиками и смешайте с вареной фасолью. Добавьте томатный соус, обжаренный на свином сале лук и растертый с солью чеснок. Все перемешайте и прокипятите (минут 10). Перед подачей посыпьте блюдо зеленью петрушки.

На 500 г фасоли надо взять 150 г грудинки, 3 луковицы, 60 г свиного сала, 200 г томатного соуса, соль и зелень петрушки по вкусу.

С цветной фасолью можно сварить суп, заправленный ломтиками картофеля (2 шт[illegible] ки) и поджаренным[illegible] жиру некрупно нарезанными шампиньонами (300 г) и [illegible]

90 процентов) лопатки не выдержат в течение 5-7 суток.

Фасоль в зрелом состоянии - зерновая, шаровидная или почковидная, бывает разнообразной окраски - белой, цветной однотонной и пестрой.

Белую фасоль используют преимущественно для супов, а цветную - для гарниров и блюд кавказской кухни (например, лобио).

Если варить фасоль без предварительного замачивания, большая часть зерен потеряет свою форму - разварится. В конце замачивания фасоль должна увеличиться вдвое.

После замачивания воду нужно слить и залить зерна свежей холодной водой так, чтобы она их покрыла. Когда вода закипит, ее следует слить, а фасоль залить кипятком и варить на слабом огне в кастрюле с закрытой крышкой.

разваривается, если ее готовят вместе с кислыми продуктами. Только после того как зерна станут мягкими (через 1-2 часа), можно их солить и заправлять томатным соусом, пастой, уксусом.

Чтобы улучшить вкус вареной фасоли, ее готовят вместе с нарезанными мелко морковью, сельдереем, луком, а также с зеленью петрушки и сельдерея.

Используют стручки зеленой фасоли и для приготовления мясных блюд, например с бараниной.

Баранину надо обмыть, нарезать небольшими кусочками и обжарить на сливочном или топленом масле. Переложить в неглубокую кастрюлю и залить водой, чтобы полностью покрыла баранину. Тушить 30-40 минут, закрыв посуду крышкой. Затем добавить поджаренный лук, мелко нарезанную стручковую фасоль, 150 г грудинки, 3 луковицы, 60 г свиного сала, 200 г томатного соуса, соль и зелень петрушки по вкусу.

С цветной фасолью можно сварить суп, заправленный ломтиками картофеля (2 штуки) и поджаренными на любом жиру некрупно нарезанными шампиньонами (300 г) и луком (1-2 штуки). Можно еще прибавить обжаренную морковь (одну средней величины).

Евгения ПЕНОВА.

СВЕРКАЮЩИЕ ЗЕРКАЛА

Большие блестящие зеркала украсят любую квартиру, сделают ее более светлой, просторной и уютной. Но для того чтобы они долго не портились, за ними нужно тщательно ухаживать. Ведь солнечные лучи и влага губительны для зеркальных поверхностей.

И сегодня в Клубе взаимопомощи наши читатели поделились по просьбе **Анны ВЛАДИМИРСКОЙ** из Пскова своими способами ухода за зеркалами.

Вот что предлагает **Людмила ЛИДЖИЕВА** из пос. Приманыч (Калмыкия). Чтобы сохранить зеркало от порчи, выньте его из рамы, а пазы протрите горячей олифой. Когда она подсохнет, положите в пазы немного мягкой стекольной замазки. Затем поместите зеркало в раму и осторожно надавите. На раму с обратной стороны зеркала наклейте плотную бумагу. Ее тоже следует пропитать олифой и покрыть расплавленным теплым парафином. Такая мера прекрасно защитит зеркало от сырости.

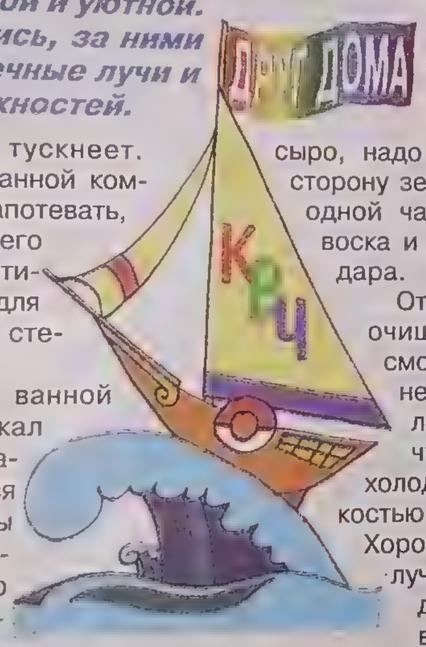
Один раз в две недели хорошо бы протирать зеркало тряпочкой, смоченной водкой или денатуратом. А вот от нашатырного спирта поверхность тускнеет.

Зеркало в ванной комнате не будет запотевать, если опрыснуть его аэрозольным антизапотевателем для автомобильных стекол.

От влаги в ванной комнате у зеркал по краям часто начинает осыпаться амальгама. Чтобы оно дольше сохранилось, по периметру к обратной его стороне приклейте лейкопластырь таким образом, чтобы он захватывал и ребро подзеркальника.

Продлить жизнь зеркалу в ванной комнате можно, наклеив на его обратную сторону полиэтиленовую пленку, а торцы промазав пластилином.

Предложил свои советы по уходу за зеркалами и **Виктор КРЫЛОВ** из г. Сосновый Бор Ленинградской области.



От солнечных лучей и высокой температуры зеркало тускнеет, а от влаги покрывается пятнами.

Если в квартире сыро, надо смазать обратную сторону зеркала мастикой из одной части растопленного воска и двух частей скипидара.

От пыли лучше всего очищать тряпочкой, смоченной в одеколоне или уксусе. А еще лучше - капроновым чулком, смоченным холодной водой или жидкостью для мытья стекол. Хороший результат получается, если в воду добавить немного водки или синьки для белья, а также можно протирать слабым раствором чая - это придаст зеркалу приятный блеск.

Тряпочкой, смоченной в молоке, можно почистить не только зеркало, но и рамы.

Зеркало, засиженное мухами, легко отчистить разрезанной луковицей, после чего его надо помыть. На такое зеркало мухи уже больше не садятся.

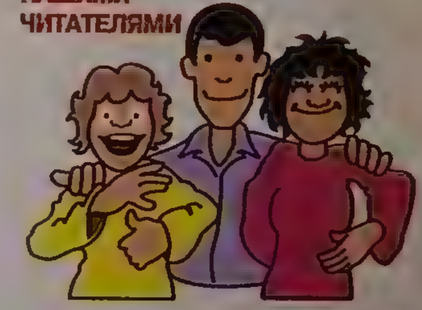
А вот **Кирилл АЛЕКСЕЕВ** из Краснодара рассказал, каким образом лучше устанавливать зеркало в ванной.

Многие при ремонте квартир устанавливают в ванной зеркала прямо на цемент, так же, как и кафельную плитку. Это не совсем правильно. Дело в том, что цемент разъедает амальгаму. Поэтому, если вы твердо намерены "вмуровать" зеркало в стену, то предварительно покройте заднюю поверхность несколькими слоями эпоксидной краски. А еще лучше - сделайте тонкую подложку: наклейте зеркало на металлическую, деревянную или стеклянную основу. Ее то уже можно спокойно "сажать" на цемент. Торцевые поверхности обязательно смажьте эпоксидной краской или стекольной замазкой.

Для того чтобы зеркало не запотевало, можно протереть его смесью воды и глицерина или просто натереть табаком.

Очищать зеркальную поверхность следует, протирая ее тряпочкой, смоченной в водном растворе мела. Готовится это средство следующим образом. Разведите в стакане воды столовую ложку уксуса и 20 г толченого мела или зубного порошка. Прокипятите. Дайте отстояться осадку, аккуратно слейте жидкость в чистую стеклянную баночку и протирайте зеркала.

А ТЕПЕРЬ НОВЫЕ ВОПРОСЫ, ПРИСЛАННЫЕ В КЛУБ ВЗАИМОПОМОЩИ НАШИМИ ЧИТАТЕЛЯМИ



Я замужем уже 3 года. Живем вместе со свекровью, хозяйство в основном ведет она, говорит, что старше и опытнее. Сначала я не спорила, ведь, в конце концов, это ее дом. Мы не ругаемся, но у меня такое чувство, что я просто не имею никаких прав, а если и делаю что-то, то все делаю не так. Но ведь я тоже живу в этом доме и тоже хозяйка. Муж ни во что не вмешивается, говорит, что это, мол, ваши бабские дела. А я уже так больше не могу и все чаще думаю о том, чтобы вернуться к маме. Может, кто поделится советом, как мне лучше поступить?

Юля. Воронеж.

СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ

ДЛЯ ЖЕНЩИН

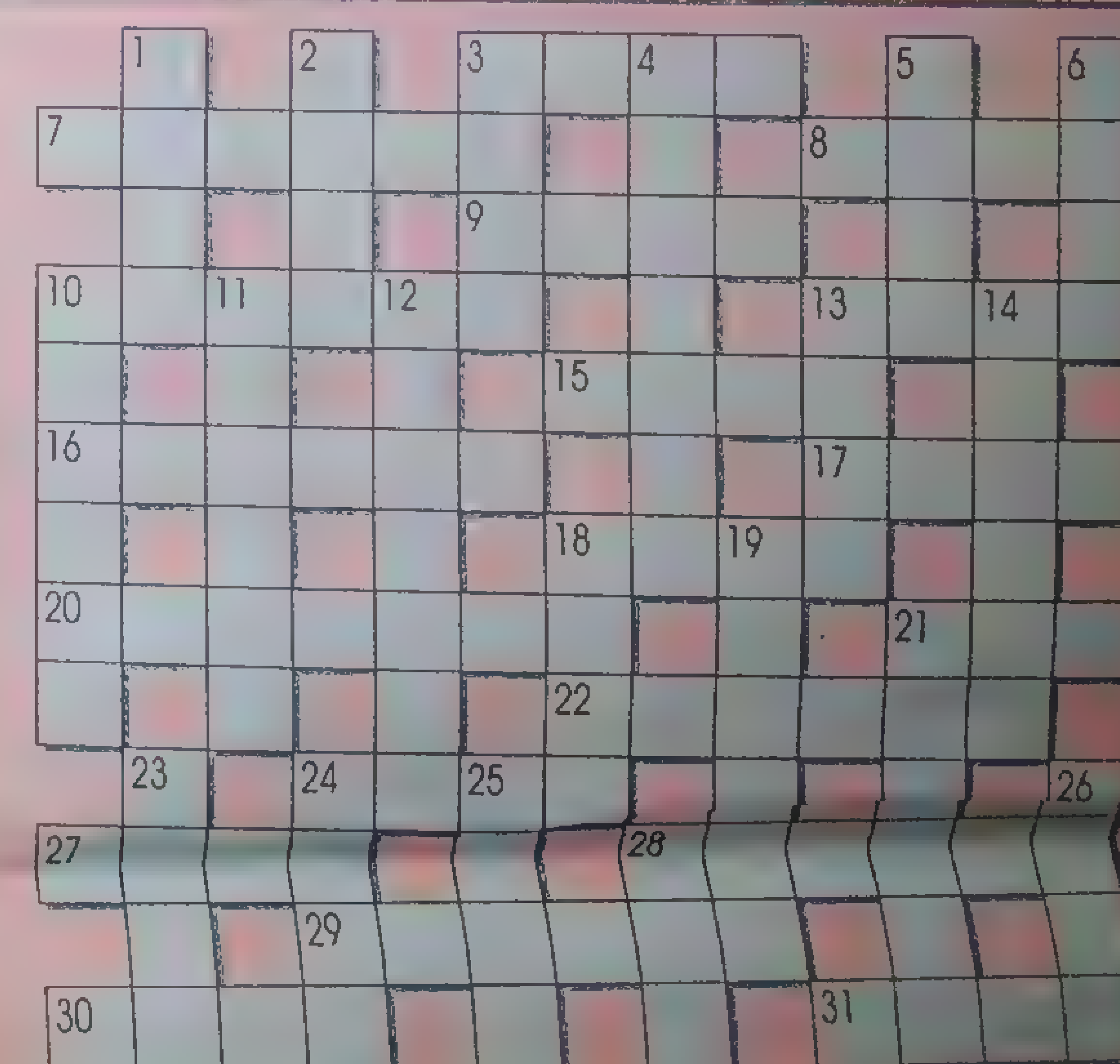
По горизонтали. 3. Маленькая комнатная собака, сходная с бульдогом. **7.** Коварная супруга Атоса. **8.** Шляпный материал. **9.** Холм, которому на месте не стоится. **10.** Приспособление для регулировки солнечного света. **13.** Речь к собутыльникам. **15.** Литературный отец графини де Монсоро. **16.** Развлечение, игра. **17.** И лото, и салочки. **18.** Цветок-касатик. **20.** Имя многих французских королей династии Валуа. **21.** Вертлявая игрушка. **22.** "Царица" (латинское имя). **24.** "Тетка", бьющая валета. **27.** Картошка для "шовшем бежжубых". **28.** Музыкальное созвучие. **29.** Вещая птица, подававшая надежду Владимиру Высоцкому. **30.** Газетная небылица. **31.** Мрак неученья.

По вертикали. 1. Хозяйка избушки с ледяным потолком и скрипучей дверью (песенное). **2.** Застольный "репертуар". **3.** Юбка, платье, пальто средней длины. **4.** Легкий женский утренний капот. **5.** Здоровая обитель здорового духа. **6.** Сорт шампанского. **10.** Балет А. Адана. **11.** Сноха царя Салтана. **12.** Процесс создания кудрей. **13.** Героиня исторического романа И. Ефремова. **14.** Сказочное средство для поиска царевн-лягушек. **18.** Яство, надоевшее Верещагину. **19.** Имя самого знаменитого из Бахов. **21.** Пора, когда "питаются надеждами". **23.** Немужская грудь. **24.** Французский художник, автор картины "Танцовщицы перед выступлением". **25.** Багамы для "Бони М" и Одесса для Бени Крика. **26.** "Шейное украшение" из рассказа А.П. Чехова. **28.** Тепло домашнего очага.

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 3. Питейное заведение, где согласно вывеске должны поить только тонизирующим напитком. **7.** По нему стучат, чтобы не сглазить. **8.** Песня одиночки. **9.** На интервал больше октавы. **10.** Холм под поездом. **13.** Результат встречи с утюгом. **15.** Римский бог с двумя лицами. **16.** Человек, подкладывающий кнопку на электрический стул. **17.** Город, прославивший Генриха Шлимана. **18.** Ее пускают в глаза, когда хотят произвести хорошее впечатление. **20.** Смещение музыкального акцента. **21.** Орудие труда дантиста. **22.** Так звали того самого Ловеласа из романа Самуэля Ричардсона. **24.** "Крыша" Сицилии. **27.** Дипломат с ручкой. **28.** Российский город, символ дремучих лесов. **29.** Герой Фазиля Искандера родом из Чегема. **30.** Телеграфный знак препинания. **31.** Материал ваятеля из травмпункта.

По вертикали. 1. Соревнования хорошо подкованных "спортсменов". **2.** Единственное неодушевленное зодиакальное созвездие. **3.** "Старик", который борозды не портит, хотя глубоко и не пашет. **4.** Певцы романсов в пустом кармане. **5.** Любитель зимнего купания. **6.** Орган, с помощью которого человек думает, что он думает. **10.** Спальное место для тех, кто всегда встает с петухами. **11.** "Белила" для висков. **12.** Документ, отсутствие которого с собой в Москве грозит участью "цыпленка жареного". **13.** "Ус" пшеницы. **14.** Процесс, при котором деньги делают деньги. **18.** Сапожный дуэт. **19.** Свободный защитник в футболе. **21.** Алкогольный напиток. **23.** Берет с козырьком. **24.** Статья свободного полета. **25.** Невеста товарища Саахова. **26.** У эстета - тонкий, у сахара - сладкий. **28.** Настенный светильник.

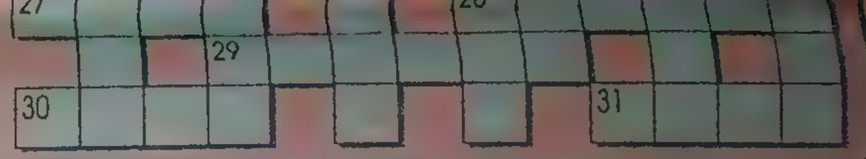


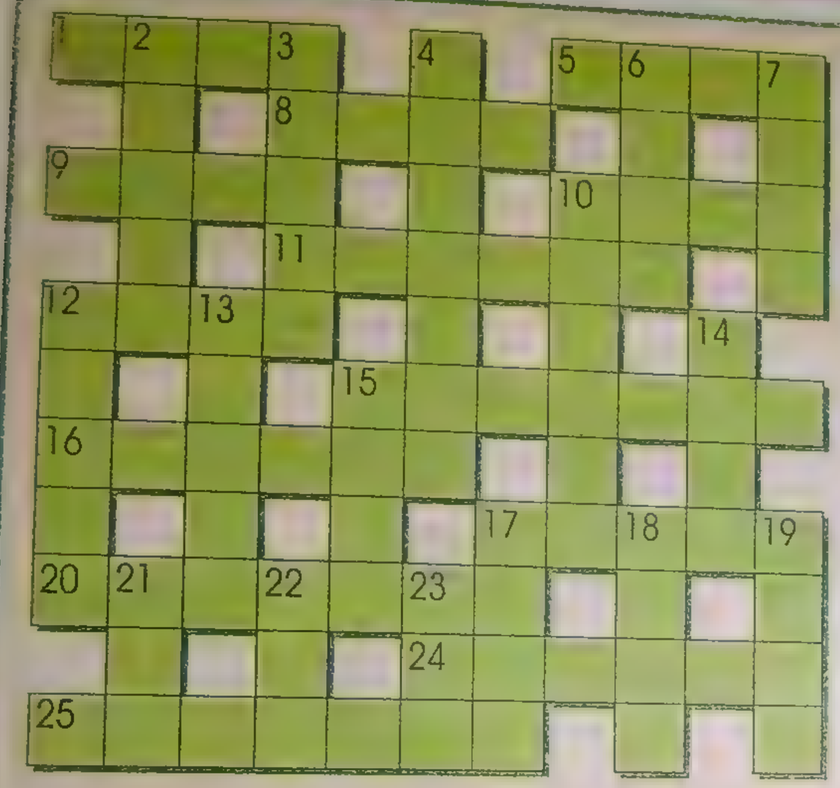
ДЛЯ ДЕТЕЙ

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 9

20. Смещение музыкального акцента. 21. Орудие труда дантиста. 22. Так звали того самого Ловеласа из романа Самуэля

По горизонтали. Алкогольный напиток. **23.** Берет с козырьком. **24.** Статья свободного полета. **25.** Невеста товарища Саахова. **26.** У эстета - тонкий, у сахара - сладкий. **28.** Настенный светильник.





ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Трапеза средь бела дня. **5.** Дефект дороги, оставляющий автомобили без колес. **8.** "Цех" по производству меда. **9.** Короткий музыкальный видеоролик. **10.** "Пирожное" для обжоры. **11.** Лакейская одежда. **12.** "Чехол" для глаза. **15.** Трудовой передовик. **16.** Единственное животное, в которое можно забивать гвозди. **17.** Самая читаемая книжка среди новобранцев в армии. **20.** Городской транспорт. **24.** Навык в каком-нибудь деле, опыт. **25.** Вкусовое качество перца.

По вертикали. 2. Дела прошлые. **3.** Дом для белки. **4.** Лесной дед в шубу одет, наружу мех (загадка). **6.** Еловые листочки. **7.** Дубина в руках бейсболиста. **10.** Компьютерная игра, в которой все время что-то падает сверху. **12.** Карточный парень. **13.** Ее страшнее зверя нет. **14.** Патрикеевна из русских народных сказок. **15.** Змея с крепкими объятиями. **17.** Беспредельное количество. **18.** Парусиновый навес для защиты от солнца и дождя. **19.** Его причиняет колорадский жук. **21.** Главный японский гарнир. **22.** Затишье между войнами. **23.** Ситуация в футболе, когда приходится брать мяч в руки.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)915-44-51
КРАСНОДАР И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
(8612)35-05-02

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 9

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **1. Микстура. 4. Пюпитр. 9. "Дева". 10. Жбан. 11. Обручение. 14. Жираф. 17. Сироп. 18. Джакузи. 19. Хохлома. 20. Сметана. 24. Перекур. 25. Алеко. 26. Тапки. 30. Дискотека. 32. Нога. 33. Щека. 34. Локоть. 35. Мензурка.**

По вертикали. **2. Ковш. 3. Учеба. 5. Париж. 6. Рыба. 7. Синтепон. 8. Мочалка. 9. Дружба. 12. Барахолка. 13. Фиксатуар. 15. Джемпер. 16. Изумруд. 21. Озарение. 22. Пергола. 23. Стирка. 27. Динго. 28. Экран. 29. Угол. 31. Фетр.**

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **1. Фантомас. 4. Подвиг. 9. Бита. 10. Зима. 11. Платформа. 14. Мечта. 17. Таран. 18. Гармонь. 19. Растяпа. 20. Айсберг. 24. Дриблер. 25. Ремиз. 26. Оброк. 30. Тяжеловес. 32. Неуч. 33. Цепь. 34. Апломб. 35. Экспресс.**

По вертикали. **2. Нота. 3. Мямля. 5. Догма. 6. Грим. 7. Удаление. 8. Реформа. 9. Бремен. 12. Отпускник. 13. Канделябр. 15. Паспорт. 16. Снайпер. 21. Барышник. 22. Абдулов. 23. Дикарь. 27. Пятно. 28. Пегас. 29. Шуба. 31. Цеце.**

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. **1. Марш. 5. "Смак". 8. Лето. 9. Стая. 10. Трап. 12. Премьера. 13. Юнга. 16. Сахар. 19. Караван. 20. Океан. 21. Заступ.**

По вертикали. **2. Антон. 3. Шляпа. 4. Ответ. 6. Море. 7. Кипа. 10. Тьма. 11. Арба. 13. Юбка. 14. Герда. 15. Свет. 16. Сноп. 17. Хлеб. 18. Руно.**

Рисунок Михаила ЛАРИЧЕВА.

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по развитию Валентин УПОЛОВНИКОВ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ирины БУРСКОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Николая КАРДАКОВА, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ, Анны ЯНИНОЙ и ИТАР-ТАСС.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком Ⓚ, печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 188500 экз. Заказ № 10
Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 26.02.2003 г. в 19.00.
Подписано в печать 26.02.2003 г. в 17.00.

ДРУГ ДОМА

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

№11/267
2003
Март

Выходит четыре раза в месяц

Давайте внимательно рассмотрим куриное яйцо. Оно состоит из скорлупы, подскорлупной оболочки, белка и желтка. На тупом конце яйца между скорлупой и пленкой имеется пуга - воздушная прослойка. Яичная скорлупа состоит из углекислого кальция, проще говоря - мела. Белок яйца ученые считают одним из ценнейших пищевых продуктов. Он легко усваивается организмом. Кулинарное же его достоинство заключается в том, что белок обладает свойствами "цемента". Хотите, чтобы ваши котлеты не разваливались при жарке, чтобы румянее выглядели оладьи, пудинги, добавьте белок. Незаменим он и для приготовления различных кремов, безе, для осветления бульонов и фруктовых соков. Желток же состоит наполовину из воды, остальное - жир, белки и лецитин. Благодаря лецитину желток может образовывать устойчивые эмульсии, которые плохо поддаются расслаиванию. Вы в этом можете убедиться, приготовив домашний майонез. Ну а желтый цвет желтку дает каротин.

нет во второй - средней свежести. Если же яйцо не утонет и во второй чашке, его в пищу употреблять нельзя. Можно и просвечивать яйца под сильной лампой: свежее яйцо имеет обычно меньшую воздушную прослойку, чем залежавшееся.

Нам с вами будет небесполезно запомнить: чтобы сварить яйца всмятку, их помещают в посуду с водой и варят после закипания 3-3,5 минуты, "в мешочек" - 4,5-5, вкрутую - 8-10 минут. Вот и вся наука.

Многие хозяйки не знают, как поступать с яичным порошком, который видят порой в магазине. Достаточно к одной весовой части яич-

КУРИЦА В ЗЕРКАЛЕ

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **500 рублей** каждому.

По итогам конкурсов в "Друге дома" № 10 приз получает любительница куриных блюд из пос. Белореченский Иркутской области **Клара Нестеровна ЯКУШЕВА**, предложившая свои оригинальные рецепты. Ждет награда и участницу нашего Клуба взаимопомощи **Людмилу Сергеевну ЛИДЖИЕВУ** из пос. Приманыч в Калмыкии, научившую, как правильно ухаживать за зеркалами, продлевая срок их службы.

Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

ЗАПОЛНИШЬ АНКЕТУ - ПОЛУЧИШЬ ПРИЗ!

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики -

Марина КОНОЧКИНА с мужем Виталием в день свадьбы

В магазинах и на рынках нам предлагают обычно два сорта яиц - диетические и столовые. Последнее время, к сожалению, все чаще столовые с разной маркировкой - С-2 и С-1. Свежее, конечно, С-1. Но в чем же разница между диетическим яйцом и столовым и почему неодинакова цена? Диетическими считаются яйца, снесенные за неделю до поступления в магазин. Они обладают гораздо более ценным пищевым достоинством, чем столовые, которые могут храниться до месяца в холодильнике, прежде чем попадают на прилавок.

Кстати, рецепт домашнего майонеза, о котором будет сказано ниже, рассчитан на применение диетических (а лучше всего - самых свежих, прямо из-под курицы) яиц.

Как в домашних условиях определить качество яйца? Для этого совсем не обязательно одно за другим разбивать их. Возьмите две чашки. Разведите в них соль. В одной чашке приготовьте 7-процентный раствор соли, в другой - 3,5-процентный. Сначала опустите исследуемое яйцо в первую чашку. Если утонет - значит, свежее. Если станет плавать в первой, но утонет во второй и варят после закипания 3-3,5 минуты, "в мешочек" - 4,5-5, вкрутую - 8-10 минут. Вот и вся наука.

Многие хозяйки не знают, как поступать с яичным порошком, который видят порой в магазине. Достаточно к одной весовой части яичного порошка добавить четыре части кипяченой воды - получим натуральную яичную смесь.

Любителям исключительно домашней кухни предлагаем наш домашний майонез.

На стакан растительного масла возьмите столовую ложку 6-процентного пищевого уксуса, 2 вареных желтка, 2 сырых желтка, горчицу, соль, сахар по вкусу.

Тут требуются аккуратность и очень свежие продукты. Готовить майонез лучше там, где попрохладнее.

В стеклянной миске растираем вареные желтки, соль, сахар, горчицу, добавляем сырые желтки, уксус и все перемешиваем. Потом, непрерывно помешивая, добавляем буквально по капле растительное масло. Если образуются комки, нужно прибавить 2-3 капли холодной воды и продолжать взбивание.

Готовый майонез по консистенции напоминает сметану. "Модернизировать" его можно, добавив сметану в соотношении 1:1 или мелко нарубленный укроп, петрушку, сельдерей, зеленый лук, базилик или эстрагон (тархун) или мелко натертый хрен. Для фруктовых салатов попробуйте осторожно замешать в майонез взбитые сливки.

Виктория ТИМОШЕНКО,
преподаватель профессионального лицея № 75,
заслуженный учитель РФ.
Краснодар.

ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ

Дорогие читатели!

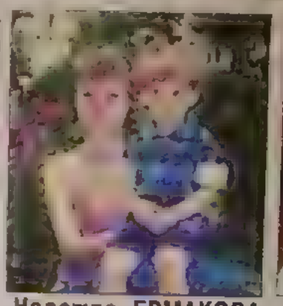
Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "Источник здоровья". В нем вы найдете симпатичную диету, которая поможет вам потерять к лету несколько ненавистных килограммов. А также способы борьбы с целлюлитом.

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции.

Марина КОНОЧКИНА с мужем Виталием в день свадьбы

"Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**.

Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном случае - до 7 апреля 2003 года**. Дату будем определять по почтовому штемпелю. Если есть желание, присылайте свои фотографии.



Надежда ЕРМАКОВА с дочкой Катюшей

Наталья и Андрей ИЛЮШНИКОВЫ

По итогам розыгрыша анкет из **"Друга дома" № 13 за прошлый год** в счастливую дюжину попали **Ирина Владимировна АБАЛИХИНА** из Москвы, **Зухра Яхиевна АБУЛЬХАНОВА** из г. Зеленодольск, Татария, **Наталия Михайловна АКИШЕВА** из д. Смыки Кировской области, **Светлана Михайловна ЗАХАРОВА** из г. Касимов Рязанской области, **Надежда Вячеславовна ЕРМАКОВА** из Волгограда, **Наталья Васильевна ИЛЮШНИКОВА** из с. Быстрый Исток Алтайского края, **Марина Анатольевна КОНОЧКИНА** из г. Харабали Астраханской области, **Лидия Петровна ОРЕХОВА** из Пензы, **Василий Петрович ОСТАНКОВ** из пос. Красногвардейское Белгородской области, **Надежда Юрьевна ПОРВАТОВА** из с. Середа Московской области, **Антонина Анатольевна РОГОВА** из с. Терновка Саратовской области и **Наталья Евгеньевна ЧАЙКА** из г. Приморск Ленинградской области.

Лидия ОРЕХОВА

Наталия АКИШЕВА

Ирина АБАЛИХИНА

Василий ОСТАНКОВ

Поздравляем победителей!

– "Друг дома" № 11

Фамилия, имя, отчество_____

_____

Домашний адрес_____

_____

Хочу спросить у "Друга дома" о... _____

_____

_____

"Друг дома" выписываю; покупаю 4 раза в месяц; 3 раза в месяц; 2 раза в месяц; 1 раз в месяц; крайне редко; этот номер первый

(нужное подчеркнуть)

Чтобы принять участие в розыгрыше призов, ответы необходимо отправить до 07.04.2003 г.

В КРУГУ СЕМЬИ

МАЛЕНЬКИЙ ГУРМАН

Часто мамы задают вопрос: чем же кормить ребенка, которому исполнился годик, поскольку маленькие дети очень многие продукты на дух не переносят.

Мамы озабочены: мясо не жуется! Да, не жуется. У детей даже в год еще очень мало зубов, коренные не выросли, и ребенку тяжело жевать жгуты мяса. Зато дети от года до двух лет очень любят тефтели, причем без всяких приправ. Их можно поварить в бульоне или просто в подсоленной воде. Мясо надо выбирать нежное, молодое, при необходимости его можно прокрутить раза два через мясорубку или протереть фарш сквозь металлическое сито.

А вот яйцами специально кормить детей даже не очень полезно. К тому же они есть в различных детских печеньицах, их добавляют в оладьи, блинчики, которыми уже можно кормить детей в этом возрасте.

Очень хорош творог, приготовленный дома. Дети почти не отказываются от него. И если добавить в него немного какого-нибудь натурального свежего сока или нарезанное яблоко и смешать в миксере, ребенок прекрасно будет есть такой творог, он очень вкусен.

Ребенку в этом возрасте не нужно давать твердую пищу с нагрузкой на коренные зубы. Но тем не менее дети с удовольствием грызут сухари. Желательно давать галетное печенье без добавок и консервантов. Старайтесь не увлекаться обычными сладостями. Добавки в них зачастую бывают очень вредными, вызывающими аллергию.

Фирмы, производящие детское питание, выпускают и специальное печенье, содержащее микроэлементы и витамины. Учтите, что дозу, необходимую вашему малышу, трудно определить вот так, "на глазок". И вряд ли даже врач сможет сказать вам, сколько граммов и миллиграммов того или иного элемента вашему ребенку не хватает. А может, какие-то из микродобавок печеньица будут даже лишними? Что тогда? Ведь речь идет об обмене веществ, сложнейших взаимодействиях на клеточном уровне, последствия которых непредсказуемы.

Поэтому к вопросу питания ребенка надо относиться серьезно. Годовалому малышу и яблоко нужно еще тереть. Заглатывая кусочки, которые потом выходят наружу, ребенок просто не получает необходимого его организму яблочного пектина.

Проблема пережевывания пищи в этом возрасте занимает немаловажное место. Детям до полутора лет каши рекомендуется протирать через сито. Каши можно варить не из крупы, а из рисовой, гречневой и другой муки. Варят их 3-5 минут.

Готовьте детям каши на овощном бульоне. Даже манную крупу можно приготовить на отваре из овощей. На одну порцию (200 г) рисовой, гречневой, овсяной или пшеничной каши нужно 1,5 стакана овощного бульона и 3 столовые ложки крупы. Перед тем как варить рис, пшено, гречку, их надо перебрать и хорошо промыть. Чтобы каша не горчила, крупу перед варкой рекомендуется обдать кипятком, воду слить.

В готовую и еще горячую кашу можно влить морковный сок. Каша приобретает розовый цвет, она вкуснее, и дети ее едят с большим удовольствием. На две трети стакана каши - 8-10 чайных ложек свежевыжатого сока.

Овощные бульоны очень питательны сами по себе и могут быть отдельным блюдом. На 200 г овощей (горох, капуста, картофель, морковь) возьмите 2 стакана кипяченой воды. Когда овощи сварятся, бульон посолите, добавьте несколько чайных ложек томатного сока, еще раз вскипятите, заправьте сливочным маслом (пол чайной ложки) или сметаной.

Для овощного пюре возьмите 200 г свежих овощей: морковь, брюкву, капусту белокочанную и цветную. Вымойте овощи, почистите щеткой, пошинкуйте и тушите в прикрытой кастрюльке, добавив немного горячей воды, чтобы они тушились в собственном соку. Для ускорения варки прибавьте неполную чайную ложку сахарного песка. Картофель следует вымыть щеткой, почистить, снимая кожуру как можно тоньше, и снова быстро вымыть (очищенный картофель не надо держать в холодной воде), нарезать крупными кусками и положить в овощи, когда они наполовину готовы. Минут через 20-30, когда картофель и овощи станут мягкими, протрите их горячими сквозь сито. Прибавьте полстакана горячего молока и щепотку соли. Все хорошо размешайте, снова поставьте на огонь до появления пара, одновременно взбивая, чтобы пюре было пышным, без комков. В готовое пюре добавьте чайную ложку сливочного масла.

Главное, запомните, ребенка нельзя кормить насильно. Причины, по которым он не хочет есть, могут быть самыми разными. Их надо выяснить. Возможно, даже посоветовавшись с врачом.

Мила ШИМАНСКАЯ,
врач-педиатр.

нужно давать твердую пищу с нагрузкой на коренные зубы. Но тем не менее дети с удовольствием грызут сухари. Желательно даже лишними? Что тогда? Ведь речь идет об обмене веществ, сложнейших взаимодействиях *на клеточном уровне, послед-*

Проблема пережевывания пищи в этом возрасте занимает немаловажное место. Детям до полутора лет каши рекомендуют ее едят с большим удовольствием. На две трети стакана каши - 8-10 чайных ложек свежевыжатого сока.

ветовавшись с врачом.

Мила ШИМАНСКАЯ,
врач-педиатр.

КРИТИКА ДОЛЖНА БЫТЬ КОНСТРУКТИВНОЙ

- Мой муж по нескольку раз в день делает мне различные замечания, - говорит Ольга. - То я не так хлеб порезала, то котлеты не досолила, то стол не очень чисто вытерла, то неправильно его брюки погладила. Конечно, мне обидно... Иной раз хочется вообще все бросить и сказать ему: если ты такой умный, делай все сам. Но я прекрасно знаю, что сам он, естественно, делать ничего не будет, мы в итоге зарастем грязью и будем питаться всухомятку. На мой взгляд, все наши конфликты именно из-за этого. Мы ссоримся фактически ни из-за чего, потому что он ворчун и зануда и придирается ко мне. Это сильно отравляет мне жизнь, и я практически перестала воспринимать его как мужчину. Мне уже просто ничего не хочется... Что с этим делать - не знаю. Переучить не получается. Ну не разводиться же с ним из-за этого? В нем есть и положительное: деньги зарабатывает, на него вполне можно опереться в трудных ситуациях.

Увы, Ольга не одинока. Многие женщины испытывают подобные проблемы, которые могут приводить к вполне серьезным последствиям.

- Мой муж Максим, - сетует Галина, - просто запилил меня. Ничего хорошего он во мне не замечает. Ни что я стараюсь для семьи, для дома, трачу на это все свои силы. Но зато стоит мне допустить какой-то промах, он тут же вставит что-то язвительное и прочитает целую лекцию по поводу того, откуда у меня растут руки. В общем, я терпела, терпела, но в один прекрасный момент мне все это надоело, и вечером, вместо того чтобы выслушивать очередную порцию нравоучений, ушла с подружкой в кафе. И поняла, как это здорово. Теперь я каждый вечер пытаюсь улизнуть из дома, хожу в гости, в клубы. И как-то вдруг выяснилось, что мне и муж-то совсем не нужен. Я вижу его теперь только перед сном и рано утром по 15 минут в день! Это открытие меня просто ошеломило, ведь я считала, что люблю его... Но теперь поняла: без него мне лучше, чем с ним, и вот-вот займусь разводом. А все началось так невинно - из-за его ворчания...

Но самое интересное, что с такой же проблемой сталкиваются и наши мужья! Вспомните чисто мужское: "Вечно ты чем-то недовольна!", "Ну вот, опять завелась", "Отстань, не жужжи". А они, между прочим, перенимают наш стиль общения с ними, и иногда неизвестно, кто же явился инициатором таких взаимоотношений, построенных на упреках и замечаниях. Поэтому, прежде чем предъявлять претензии мужчинам, подумайте, а что вы можете сделать для нормализации ваших отношений, ведь семейная система - вещь зеркальная. К вам бумерангом возвращается то, что вы посылаете мужу.

Почему же замечания являются для нас таким сильным раздражающим фактором? Да потому, что все весьма болезненно переносят оценки своей личности другими людьми. И потому эти мелочи ведут порой к серьезным разрывам, действуя по принципу "вода камень точит...". Но с другой стороны, это вовсе не означает, что нельзя друг друга критиковать. Конечно, нужно говорить о том, что вам нравится и что не нравится. Без этого в совместной жизни не обойтись. Как же тогда быть?

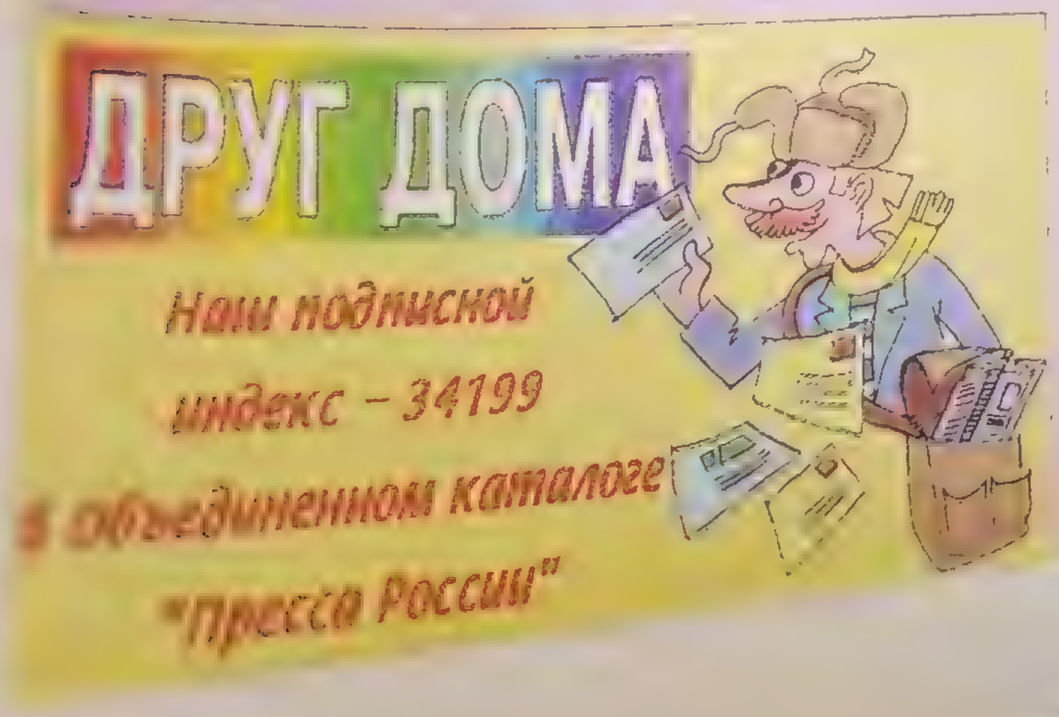
Во-первых, понять, что критика критике рознь. И соответственно свои претензии можно излагать по-разному. Если вы не хотите портить отношения с близкими людьми, начинайте со своего собственного отношения к этому событию. Например: "Я так расстроилась, когда увидела, что ты забыл вынести ведро" вместо "А ты опять ведро не вынес, сколько можно тебе говорить об этом!" Такое личное отношение смягчает замечание и воспринимается совсем по-другому, более спокойно. К тому же побуждает все же вынести это ведро, а не сказать в ответ злобное "Отстань". И лучше говорить "Я не люблю, когда на столе много грязной посуды" вместо "Ты опять развел грязь...". Вполне можно угадать, в каком случае возникнут конфликт и недовольство, а в каком все пройдет более конструктивно.

Всегда в подобных вещах нужно помнить, что явная оценка другого человека, особенно близкого, не способствует доверительным и теплым отношениям. Это всегда заканчивается обидами, недовольством, которые могут приводить даже к распаду семьи. Некоторые из нас почему-то считают, что, оценивая супруга, руководствуются исключительно благими намерениями: дескать, нужно открыть глаза, сказать правду... Но это, увы, чревато совершенно противоположными результатами. Порой человек прекрасно понимает, как можно использовать свои недостатки, неумения и нежелания с пользой для себя.

К примеру, если вы сообщаете мужу, что он безрукий (в смысле мытья посуды или уборки в квартире), он может с радостью за это ухватиться. И в следующий раз опять сделать что-то плохо, не так или неудачно. Чтобы вы, в итоге махнув рукой, раз и навсегда перестали его об этом просить. То есть человек понимает, как его отрицательное качество помогает ему избавиться от неприятных для него обязанностей. И если вы постоянно твердите мужу, что у него скверный характер - будьте готовы к тому, что в каких-то ситуациях он будет действовать именно по этому принципу: дорогая, ну что ты от меня хочешь, ведь у меня такой скверный характер...

Поэтому, прежде чем делать постоянные замечания супругу, подумайте: а как это отразится на ваших отношениях?

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог



Каждый знает, что любая болезнь проходит несколько фаз и наконец достигает такого уровня запущенности, что медицина уже беспомощна. В последнее время об этом много говорится в связи с болезнями, непосредственно угрожающими самой жизни человека. Но принципа раннего обращения к врачу следует придерживаться в любом случае, даже когда вы имеете дело с заболеванием, от которого никто никогда не умирал.

А ЕСЛИ ЭТО НЕ СЕКС?

К примеру, не умирают от расстройств в сексуальной сфере (если речь, конечно, не идет

... матки или простаты). ... не менее они могут под... жизнь, а в тяжелых слу... довести человека до деп... ...фликтов с

том, что сами вносят свой вклад в психосексуальное развитие детей. И бывает, что формируют также сексуальные расстройства, которые дают о себе знать лишь годы спустя, когда наступает пора зрелой жизни.

Помните: почти все сексу-

нам в период менструации, то ей потом будет трудно преодолевать его во время любовной игры. А ведь секс должен приносить радость.

Случайное присутствие маленьких детей во время полового акта у взрослых чаще всего вызывает у них страх. Дескать, папа делает с мамой что-то плохое, и она стонет от боли. Врачам известно много случаев отсутствия оргазма у женщин, хранящих в своей памяти сцены, которые они видели в детстве. И это ощущение не ослабляет даже то, что теперь они все знают и понимают.

Детские сексуальные игры не всегда имеют невинный и познавательный характер. Часто они связаны с применением силы, устрашением более слабого. Психический вред в таких случаях причиняется обеим сторонам, и его легко обнаружить у взрослых пациентов.

Сексологические обследования основываются прежде всего на выяснении особенностей психосексуального развития пациента. И когда к врачу приходит женщина лет 35 и начинает жаловаться на свою интимную жизнь, врач после краткой беседы как на ладони видит, что все эти проблемы начинались лет 20-25 назад.

Правда, в первые годы супружеской жизни вы еще може-

ПОРТРЕТ В ИНТЕРЬЕРЕ

Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

Отличия мужчины и женщины вовсе не сводятся только к телесным признакам. Не менее значимое отличие - это сфера внимания. Мужчина, придя в магазин, настроен на определенную покупку и просто не видит ничего более. Женщина же замечает не только безделушку, за которой пришла, но и весь ассортимент магазина.

То же и в быту. В гостях женщина мгновенно отметит, где что стоит, какой слой пыли под шкафом и вид за окном. Мужчина в гостях, как правило, смотрит на хозяйку, или в телевизор, или в тарелку - и пропускает множество интересных вещей, которые без слов могут рассказать о хозяйке практически все.

Например, вы видите сборище конфетных фантиков в углу около постели. Думаете, хозяйка неряха? Не обязательно. Скорее, у нее сильно развиты инстинкты. Припрятать пищевые запасы - вполне в духе самки, которая растит детенышей. Фантики для дамы - символ этих припасов.

Повсюду развешены плакаты с изображением детишек или детенышей (например, котята, цыплята, щенки). Женщина исключительно домовита и хочет замуж (маленькие миленькие существа как символ собственных детей).

Комнатные цветы также поведают о характере. Если их много, то у женщины преобладает материнский инстинкт. Если же на подоконнике вы увидите засохшие цветы, то она, скорее всего, сентиментальна, но беспомощ-

Если собачка умерла не так давно, то это просто фото. Если давно, то хозяйка либо страшно одинока, либо чрезвычайно сентиментальна. В последнем случае подобные снимки могут встречаться повсюду. Если же оригинал до сих пор жив, то это недобрый признак: вас никогда не полюбят так, как его.

Окрестности туалетного столика беспощадно освещаются с разных сторон. Значит, женщина либо не пользуется им вовсе, либо самокритична вплоть до садомазохизма, либо микробиолог по профессии.

Туалетный столик стоит так, чтобы зеркало постоянно было в тени. Такая женщина ... живет иллюзиями, ... закрывает глаза на реальность. Она нуждается не только в защите, но и в няньке.

...заке матки или простаты). Тем не менее они могут подпортить жизнь, а в тяжелых случаях довести человека до депрессии и даже до конфликтов с правом. А тем временем большинство взрослых людей до сих пор убеждены, что молодежь должна развиваться вдали от того, что "пахнет" сексом, юноши и девушки обязаны быть невинными и целомудренными. Потом же, сразу после вступления в брак, они должны быть способны вести зрелую и упорядоченную половую жизнь. Так сказать, совершить моментальный прыжок из детства в мир зрелости.

Законы психофизического развития человека известны давно, в том числе и относящиеся к психосексуальной сфере. Однако лишь немногие родители отдают себе отчет в ют также сексуальные расстройства, которые дают о себе знать лишь годы спустя, когда наступает пора зрелой жизни.

Помните: почти все сексуальные расстройства, которые мучают взрослых людей, - из детства. Об этом свидетельствуют даже такие простые примеры.

Когда ребенок сидит на горшке, он, естественно, интересуется тем, что делает. И это иногда вызывает у него чрезмерное ощущение своей нечистоплотности и пробуждает чувство стыда. Мало кто из взрослых задумывается в такие моменты, что формирование отвращения у ребенка к интимным частям своего тела "впишется" потом в его взрослую половую жизнь. А если к тому же мама приучит свою дочь к отвращению к половым орга-

ОПЕРИРОВАТЬ НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО

После родов влагалище у меня растянулось, и муж жалуется, что не получает удовольствия. Слышала, что это лечат с помощью операции.

Алла С.
Ярославль.

Действительно, подобные операции позволяют значительно изменить размеры влагалища. Но стоит ли на это идти? То, что произошло с вами, вполне естественно, и чаще всего после родов по прошествии некоторого времени влагалище опять принимает почти первоначальные размеры. Стоит попробовать специальную гимнастику. Найдите на корточки и интенсивно напрягайте мышцы промежности - раз по тридцать-сорок в минуту. Ведь мышцы влагалища можно "накачать" так же, как и любые другие.

Стоит также попробовать сношения в позах, суживающих влагалище. Например, лежа на боку с подтянутыми к груди коленями или на спине со сжатыми и вытянутыми ногами. И только если через несколько месяцев вы почувствуете, что никаких положительных изменений нет, можно посетить врача.

Михаил СЕМЕНОВ,
врач-психотерапевт,
кандидат медицинских наук.

И когда к врачу приходит женщина лет 35 и начинает жаловаться на свою интимную жизнь, врач после краткой беседы как на ладони видит, что все эти проблемы начинались лет 20-25 назад.

Правда, в первые годы супружеской жизни вы еще можете исправить положение, если обратитесь к специалисту. Но ведь практически никто не обращается. А потом бывает уже поздно, потому что вы смирились с отсутствием наслаждения в интимной жизни.

Знайте: трагедия запоздалого визита к сексологу проявляется также в случаях половых извращений, связанных с насилием и нарушением правовых норм. Есть две категории извращенного отношения к сексу: это половые контакты с малолетними и секс по принуждению с применением силы. Все другие отклонения от нормы не так страшны и вызывают в основном трудности в поисках партнера или партнерши. Но даже в случае таких неопасных отклонений люди не идут к сексологу.

Каковы же выводы из всего сказанного? Их несколько. Во-первых, родители и воспитатели должны постоянно помнить, что дети, развиваясь физически и интеллектуально, развиваются также и сексуально. И лучше влиять на это развитие, а не пускать его на самотек. Во-вторых, сексуальные пристрастия, как и характер, закладываются в детстве. Тогда и нужно формировать отношение к сексу. Попытки сделать это в более зрелом возрасте бывают болезненными и малоэффективными. Наконец, половая жизнь является неотъемлемой частью личной жизни у любого человека. И от того, как она сложится, зависит его счастье и здоровье.

Лехослав ГАПИК,
польский психолог.

ключительно домовита и хочет замуж (маленькие миленькие существа как символ собственных детей).

Комнатные цветы также поведают о характере. Если их много, то у женщины преобладает материнский инстинкт. Если же на подоконнике вы увидите засохшие цветы, то она, скорее всего, сентиментальна, но беспомощна, безответственна и не умеет отвечать за тех, кого приручила...

Весь диван заставлен мягкими игрушками размерами от пачки сигарет до полуметра. Ваша дама чрезвычайно мягкосердечна, но одинока - ей хочется тепла.

Повсюду расставлены и висят копеечные вазочки, статуэтки, вышивки, тарелочки, явно привезенные из ближнего и дальнего зарубежья. Такая коллекция характеризует хозяйку как весьма добродушную, не желающую обижать дарителей.

А вот подбор книг может вообще ни о чем не говорить - их порой раскладывают, чтобы произвести впечатление на мужчину. Хотя присутствие книг типа "Советы молодой хозяйке" может быть недобрым знаком - она сама ничего не умеет. И наоборот, сборник рецептов экзотической кулинарии позволяет надеяться на лучшее...

На раздвижном диване с провалами между отдельными частями спит женщина, не признающая случайных связей. Да и супружескую она терпит с трудом...

Кровать большая, двуспальная, монументальная. Часто это признак неразборчивости в интимных связях, хотя порой просто указывает на то, что у хозяйки беспокойный сон.

Около постели стоит портрет бывшего партнера, ушедшего или умершего мужа. Это вовсе не намек на то, что хозяйка пользуется бешеной популярностью среди мужчин. Скорее - это показатель верности и преданности.

А вот если на тумбочке стоит портрет собачки или кошечки, да еще в красивенькой рамочке, то это дает пищу для размышлений.

самокритична вплоть до садомазохизма, либо микробиолог по профессии.

Туалетный столик стоит так, чтобы зеркало постоянно было в тени. *Такая женщина все еще живет иллюзиями, самообманом, закрывает глаза на реальность. Она нуждается не только в защите, но и в няньке.*

Если в холодильнике космическая пустота, то и в будущем вы можете надеяться только на сосиски, пельмени и пиццу.

Если пустоту разбавляют отдельные пучки овощей и немного фруктов, надейтесь, что это просто временная диета.

Холодильник забит кусками и кусочками, причем многие из них высохли, сморщились. Такая хозяйка не умеет расставаться с прошлым, цепляясь за него в страхе перед будущим.

Кухня сияет чистотой, хотя не слишком богато обставлена. Хороший признак - хозяйка умеет заботиться об уюте, аккуратна, домовита.

Кухня обставлена кое-как, мебель сборная, плита немытая - видимо, хозяйка слабая. Либо она только что сделала ремонт.

В кухне лишь один стул, а второй приходится тащить из комнаты. Это не к добру. Женщина слишком привыкла к одиночеству.

Сходите в гости, сыграйте в детектива - многое узнаете. В том числе и то, что ваше отношение к даме идет не от сердца, а от ума. Иначе вместо осмотра занялись бы самой хозяйкой.

БУДЬ В ФОРМЕ

Большинство людей в 20-летнем возрасте подсознательно стремятся еще более повзрослеть и возмужать. Они, не признаваясь себе в этом, завидуют белой завистью тем, кому за 30, и хотят поскорее прорваться через этот рубеж в 10-15 лет. В 40 лет человек уже задумывается над тем, как бы вернуть молодые годы или хотя бы сохранить в себе то, что у него осталось от молодости.

Не отчаивайтесь, 40-летние. Помните слова американского профессора Бена Дугласа. Он говорит, что человеческому телу предназначено жить по меньшей мере до 110 лет и вполне возможно выглядеть молодым и энергичным в пожилом возрасте.

Что для этого надо делать? Ответ дает польский журнал "На здрове", который пишет, что хорошая наследственность помогает человеку только в первые десятилетия его существования. В дальнейшем все зависит от его образа жизни. Ведь и в 40, и в 50 можно быть здоровее, крепче и энергичнее, нежели в 20. При этом возраст определяется не количеством лет, а тем, как вы выглядите и на сколько себя чувствуете.

Есть множество способов продлить молодость. Начните хотя бы с этих девяти.

1. Со всей серьезностью относитесь к ночному отдыху, ничто так не старит человека, как хроническое недосыпание. По словам доктора Дугласа, именно во время сна организм выделяет больше всего гормонов роста, способствующих увеличению силы и восстановлению изношенных тканей. Стало быть, когда вы спите в течение достаточного времени, вы тем самым поддерживаете на должном уровне все функции, связанные с физической активностью. Вот и сочетайте хороший сон с этими функциями. Тогда у вас улучшится все, что ассоциируется в вашем сознании с юностью: и внешность, и энергия, и осанка.

2. Обратите внимание на дыхание. Дышите глубоко. Дело в том, что легкие достигают пика своего развития к 20 годам. Затем их мощность начинает постепенно снижаться и к 60-70 годам [illegible]ется примерно на треть. Чтобы [illegible] этого, по нескольку раз в день [illegible] очень простое упражнение - серию глубоких вдохов и полных выдохов. Это позволит вам сохранить силу легких, а вместе с ней и запас энергии. Если вы будете проделывать эти упражнения ежедневно и одновременно не курить, то к 70 годам ваши легкие будут как у 45-летнего.

3. Над осанкой надо работать отдельно. Если мужчина к 70 годам строен, имеет легкую походку и блеск в глазах, то выглядит значительно моложе своих лет. Для поддержания моложавой осанки есть такое упражнение. Встаньте спиной к стене так, чтобы плечи и ягодицы касались ее. Расстояние между стеной и поясницей не должно при этом превышать двух сантиметров (для контроля достаточно просунуть между ними ладонь). Держать эту позу надо до счета 20. При ежедневном выполнении этого упражнения хорошая осанка гарантирована.

Еще одно упражнение для осанки. Лягте на пол лицом вниз, вытянув руки в стороны на уровне плеч. Не отрывая бедер от пола, поднимите верхнюю часть туловища, а затем медленно вернитесь в исходное положение. Когда будете в состоянии легко повторить упражнение 10 раз, делайте его с руками, вытянутыми вдоль туловища, затем с ладонями под подбородком и, наконец, в позе супермена, то есть с руками, вытянутыми вперед.

4. С возрастом помимо ног и позвоночника страдают и плечи. Прежде всего по мере утраты мышечной массы они сужаются. Лучше всего поддерживать плечи в форме, занимаясь на тренажере. А тем, для кого тренажер - дорогое удовольствие, подойдут гантели. Упражнение опять же очень простое. Поднимите руку с гантелью перед собой, отведите в сторону и опустите. Затем поднимите руку в сторону, переведите ее в положение перед собой и снова опустите. Цикл проделайте 10 раз. А потом повторите другой рукой.

5. С возрастом мышцы теряют гибкость. Причем у некоторых людей они начинают затвердевать уже с 20-летнего возраста. Чтобы предотвратить утрату гибкости, регулярно делайте упражнения для мышц спины и подколенных сухожилий, которые отвердевают раньше других, в первую очередь в результате долгого сидения за рабочим столом.

Упражнение такое. Лягте на спину, подтяните колени к груди и удерживайте 30 секунд. Затем опустите ступни на пол, колени остаются согнутыми. Поднимите левую ногу вверх и удерживайте ее в таком положении 30 секунд. Затем повторите упражнение правой ногой.

6. С возрастом диски позвоночника теряют жидкость. Из-за этого у многих пожилых людей спина бывает согнутой. Выход простой - выпивайте ежедневно по 8-10 стаканов воды. Тогда и во всем организме жидкость будет пополняться, и в частности в позвоночнике.

7. В Дании не так давно было проведено исследование по влиянию чеснока на клетки кожи. Было установлено, что жизнь кожных клеток, обработанных чесноком, в 7 раз превзошла жизнь таких же клеток, выращенных в стандартной культуре. К тому же обработанные чесноком клетки выглядели более здоровыми и молодыми. А кроме того, экстракт чеснока резко тормозит рост раковых клеток.

Сказанное не означает, что надо рыскать по аптекам и парфюмерным магазинам в поисках чесночного крема. Достаточно ввести в свой ежедневный рацион несколько зубчиков чеснока.

8. После 30 у многих людей брови вдруг начинают разрастаться, что старит лицо. Поэтому найдите время хотя бы раз в неделю взглянуть в зеркало, чтобы удалить выбившиеся из-под контроля волосинки.

9. Наконец, о морщинах. Убирать их с помощью косметических процедур, а уж тем более операций - дело ненадежное. Все равно они вновь появятся. Но есть простой способ как бы замаскировать возрастные складки на лице. Помогает это сделать короткая прическа. Лицевые линии идут сверху вниз, и длинные волосы лишь подчеркивают их. А короткая стрижка позволяет почти не замечать морщины.

Татьяна ГУРЬЕВА.

связанные с физической активностью. Вот и сочетайте хороший сон с этими функциями. Тогда у вас улучшится все, что ассоциируется в вашем сознании с юностью: и внешность, и энергия, и осанка.

2. Обратите внимание на дыхание. Дышите глубоко. Дело в том, что легкие достигают пика своего развития к 20 годам. Затем их мощность начинает постепенно снижаться и к 60-70 годам сокращается примерно на треть. Чтобы избежать этого, по нескольку раз в день делайте очень простое упражнение - под подбородком и, наконец, супермена, то есть с руками, вытянутыми вперед.

4. С возрастом помимо ног и позвоночника страдают и плечи. Прежде всего по мере утраты мышечной массы они сужаются. Лучше всего поддерживать плечи в форме, занимаясь на тренажере. А тем, для кого тренажер - дорогое удовольствие, подойдут гантели. Упражнение опять же очень простое. Поднимите руку с гантелью перед собой, отведите в сторону и опустите. Затем поднимите руку в сторону, переведите ее в положение перед собой и снова опусти-

Сказанное не означает, что надо рыскать по аптекам и парфюмерным магазинам в поисках чесночного крема. Достаточно ввести в свой ежедневный рацион несколько зубчиков чеснока.

8. После 30 у многих людей брови вдруг начинают разрастаться, что старит лицо. Поэтому найдите время хотя бы раз в неделю взглянуть в зеркало, чтобы удалить выбившиеся из-под контроля волосинки.

9. Наконец, о морщинах. Убирать их с помощью косметических процедур, а уж тем более операций - дело ненадежное. Все равно они вновь появятся. Но есть простой способ как бы замаскировать возрастные складки на лице. Помогает это сделать короткая прическа. Лицевые линии идут сверху вниз, и длинные волосы лишь подчеркивают их. А короткая стрижка позволяет почти не замечать морщины.

Татьяна ГУРЬЕВА.

ВРАГ - БЕССОННИЦА

Примерно треть жизни человек проводит во сне. При этом бессонница - чрезвычайно распространенное явление, неблагоприятно сказывающееся на состоянии человека: его работоспособности и самочувствии. Игнорирование режима сна и бодрствования, кое позволяют себе молодые, обязательно аукнется в будущем.

Сон абсолютно необходим организму. Грубые нарушения сна ведут к серьезным заболеваниям и усугубляют уже имеющиеся. Младенец спит две трети суток, взрослый - треть. К старости продолжительность сна уменьшается, но не потому, что сон становится меньше нужен, а потому, что накапливаются причины для различных его нарушений.

Бывали уникальные случаи, когда человек мог бодрствовать годы, впрочем, как и проспать годы, так что сон - тайна до сих пор. Есть гипотеза, что привычный суточный ритм - 8 часов сна, 16 бодрствования - просто выработанная человечеством привычка, и правильнее было бы засыпать каждые 3-4 часа. Но... Как сложилось, так и сложилось. И те, кто говорит, что совсем перестали спать, практически во всех случаях неточны. Обычно [illegible] имеет о недостаточном по [illegible] сне или его

Расстройства сна бывают разными. Он может быть поверхностным, с частыми пробуждениями, отдельно могут нарушаться стадия засыпания или пробуждения.

Сон имеет свои периоды. Сразу после засыпания, около полутора часов, длится период "медленного сна", глубокого и, возможно, без сновидений. Потом наступает "быстрый сон" - на 15 минут, часто сопровождающийся яркими снами. Эти периоды повторяются несколько раз за ночь.

По народным поверьям, не следует будить человека. Возможно, под этим есть и физиологические основы, угаданные народной мудростью.

Потребность в продолжительности сна у людей разная. Петр I, М. Фарадей, В. Бехтерев спали всего 4-5 часов в сутки и сохраняли бешеную работоспособность. А есть люди, которым недостаточно и 10 часов сна для полноценного отдыха.

Как известно, существуют "жаворонки" и "совы". Первые рано встают и наиболее активны в первой половине дня, но нуждаются и в раннем отходе ко сну. Вторые утром - как сонные мухи, зато ближе к вечеру плодотворно трудятся и поздно ложатся спать. Некоторые специалисты считают эти особенности врожденными, другие - привычкой, выработавшейся за долгий период. Но как бы то ни было, и тем и другим рекомендуется придерживаться известных физиологических ритмов. Наиболее полезным сном считается сон до 24 часов. Если вы не заснули до 2-3 часов ночи, наступает период активности, и вам вряд ли удастся использовать эту ночь по ее прямому назначению.

Сон может нарушаться в связи со значительным ожирением (синдром Пиквика), когда изменяется регуляция дыхания. Как показывают последние исследования, вреден - и не только для окружающих, но и для самого спящего - храп: он может закончиться удушьем. Привычные меры борьбы с храпом - повернуться на другой бок, использовать приподнятую подушку - малоэффективны. В некоторых странах сейчас даже стали оперировать храпящих пациентов.

Но наиболее частые причины расстройства сна - невротические состояния, стрессы, волнения. Снотворных средств сейчас продается много, но все они имеют побочные неблагоприятные эффекты. Если без них никак не обойтись, применяйте таблетки не дольше недели. Иначе наступает привыкание, а доза будет требоваться все большая, отказ же от лекарства в таких случаях может вести к тяжелым абстинентным состояниям.

Потому вспомним старые рецепты избавления от бессонницы. Избегайте кризисных ситуаций как в семье, так и на работе, а если они возникли, приложите все силы к скорейшему их разрешению. Не загуливайтесь до утра: преферанс или книжка - дело, конечно, приятное, но всему свое время - не сбивайте ритм сна и бодрствования, его сложно будет восстановить.

Ложиться спать следует в одно и то же время, как и вставать. Свет следует выключать. Впрочем, некоторые привыкли спать при свете ночника - это допустимо.

На новом месте всегда трудно заснуть, потому старайтесь спать на привычном месте, в привычной обстановке.

Научитесь расслабляться. Лежа в постели, не пережевывайте мысленную жвачку, отрешитесь от вздора, который лезет в голову. Попробуйте считать - слонов или то, что вам приятнее. Некоторые представляют себе картинку, например спокойный пейзаж, струящуюся воду, шум дождя.

Может помочь стакан теплого молока на ночь, особенно если в него добавить ложечку меда. Хороши также перед сном теплая, но не горячая ванна или душ продолжительностью не более 15 минут.

Комната должна быть хорошо проветрена, но не холодная. Посмотрите, как спят куры на насесте, кошки и собаки: уткнувшись в перья или шерсть, дыша теплым воздухом. Поддерживайте в помещении комфортную влажность с помощью увлажнителей или просто развесив влажные полотенца: радиаторы часто пересушивают воздух в наших квартирах.

Укрываясь одеялом, не забудьте прикрыть ноги и спину.

Совет на любителя: если трудно засыпать на белом белье, используйте постельное белье темных оттенков.

Под подушку можно положить горстку хмеля. Перед сном неплохо прогуляться на свежем воздухе. И не читайте перед сном газет! Вот никаких не читайте! Спокойной ночи!

Анна ЯКОВЛЕВА.

О ВАС РАССКАЖЕТ КРОВЬ

Группа крови - ключ к вашей личности. Так, по крайней мере, утверждают японские психологи. Взгляд этот находит все более широкое подтверждение в повседневной жизни, так же как совсем недавно было с биоритмами.

Как известно, у людей выявляют четыре основные группы крови, обозначаемые во всем мире символами: О(I), А(II), В(III), АВ(IV). С группой крови связаны определенные биохимические свойства тканей и органов. Особенности эти если и не отражаются, быть может, на судьбе человека, то на здоровье - наверняка.

Так, лица с нулевой группой крови обладают значительной степенью выносливости, долго живут, из болезней их чаще настигает язва двенадцатиперстной кишки или желудка. А вот люди с группой крови А особенно восприимчивы к так называемым болезням цивилизации: инфаркту миокарда, склерозу, ревматизму, почечно-каменной болезни, диабету.

Обладатели крови группы В стоят как бы посередине между А и О. О крови группы АВ генетики имеют, увы, мало сведений. Это очень редкая группа, что значительно затрудняет исследования.

Не до конца выяснено, почему лица с нулевой группой крови здоровее и дольше живут. Некоторые врачи утверждают, что их физические параметры выше, так как они сильнее психически. Проведя исследование доноров крови, они определили, что люди с группой О значительно реже страдают от невроза и других нарушений нервной системы.

Психологи утверждают, что группа крови проецируется на черты характера, и лица с одной группой имеют похожие темпераменты. А каков темперамент, таков и характер.

Группа крови О(I). Это люди вечного движения - так можно было бы их определить. Энергичны, обладают пробивной силой, волевые, умеют налаживать контакты. Их энергия неисчерпаема, трудятся они неутомимо. Не случайно женщины и мужчины, которым удалось многого добиться в мире бизнеса, имеют, как правило, нулевую группу крови.

Группа крови А(II). Это люди добросовестные, исполнительные. Уверенно идут вперед в своей профессиональной работе, все остальное оценивают как менее важное. Если за что-то берутся, стараются не разочаровать. Их "да" значит надежность и доверие. То же относится и к личным контактам: остаются преданны людям, с которыми подружатся.

Группа крови В(III). Это люди впечатлительные, очень деликатные, с большими способностями. В работе как к себе, так и к другим предъявляют очень высокие требования, они спокойны, но под этим спокойствием часто скрывают чувствительное сердце. Их чувства могут, однако, взрываться очень бурно, особенно когда речь идет о любви. Женщины очень ревнивы - значительно более, чем мужчины с этой же группой крови.

Группа крови АВ(IV). Это лица, обуреваемые чувствами. Страсти буквально раздирают их, часто бывают причиной внутренних разладов, нерешительности и сомнений. Все конфликты они переживают, никому не исповедуясь. Однако в любви, дружбе и супружестве эти люди близки к идеалу, стремятся не только к личному счастью, но стараются одарить ими и партнера.

Анатолий САФОНОВ.

Если ребенок часто болеет, можно ли отказаться от [illegible]?

[illegible] ДЕМИДОВА.
г. Анапа.

НА ПРИВИВКУ НАМ ПОРА

[illegible] нужно делать од-

- В нашей психике на протяжении всей жизни накапливается информация нашего опыта. Называем мы ее памятью, у которой одна часть входит в сознательное нашего психического аппарата, а другая - в бессознательное. И эта информация конечно же носит знаки плюс и минус, - рассказывает психоаналитик Андрей САРАКУЛ.

ЧЕРПАЙТЕ СИЛУ В СВОЕЙ ПАМЯТИ

Если человек постоянно болеет, это говорит о том, что он на бессознательном уровне больше находится под воздействием отрицательной информации памяти (болезнь родителей, отрицательные эмоции, тревожные мысли и т.п.). Он похож на мотылька, погибающего от огня, к которому сам и летит. В таких случаях отрицательная модель памяти не дает человеку переключиться на бессознательном уровне на положительные модели нормы. В моей практике часто бывает так: стоит только избавить человека от больной модели его бытия и переключить на норму - он сразу же исцеляется.

Как же переключиться на свой положительный потенциал памяти для исцеления от психосоматических заболеваний и освобождения от вредных привычек?

Для этого при помощи предложенного тренинга нужно будет научиться работать с собственной бессознательной памятью. Мы с вами можем периодически возвращаться к тому, какими мы были, когда не болели, не курили или не пили спиртное. Идентифицируясь на бессознательном уровне с нормой в прошлом, наше "я" сегодня может избавиться от многих недугов. Возвращаясь к норме

заслонками) и постарайтесь прочувствовать, как земная энергия подпитывает и расслабляет ваши ноги до колен... После того как вы ощутили расслабление, пропустите потоки земной энергии дальше, снимите "заслонки". Они поднимаются все выше и выше, и когда соединяются на уровне копчика, остановите их. Вообразите, как ваши ноги и тазобедренный сустав наполнились зеленой расслабляющей энергией. Почувствовав, что ноги расслаблены, пропустите энергию земли дальше вверх по позвоночнику...

Когда энергетический поток дойдет до диафрагмы (уровень солнечного сплетения), остановите его. Прислушайтесь, как ваша брюшная полость наполняется зеленой энергией. Почувствуйте, как она благотворно и успокаивающе влияет на внутренние органы брюшной полости. После этого пропустите поток дальше вверх по позвоночнику. Когда он достигнет макушки, остановите его. Зеленая земная энергия заполняет [illegible] вашу грудную клетку и голову. Вы чувствуете успокоение, равновесие во всем организме...

Дальше пропустите

...отказаться от ...ок?

Светлана ДЕМИДОВА.
г. Анапа.

НА ПРИВИВКУ НАМ ПОРА

Прививки нужно делать однозначно. Не делать - нельзя.

Вопрос в другом. Ребенка нужно подготовить к этой процедуре. Малыш обязательно должен быть здоровым на момент прививки. За этим следит, конечно, мама. Берегите от простуды, не давайте продукты, на которые у ребенка аллергия. Старайтесь не увиливать от плановых прививок, потом малышу будет гораздо легче жить.

Существует мнение ученых, что зимой, в декабре-январе, снижаются защитные силы организма, "куда-то девается" иммуноглобулин А, отвечающий за противобактериальную, противовирусную защиту. Тем детям, которые часто болеют, если есть возможность, можно чуть отсрочить прививки и не делать их в эти месяцы. Каждый детский врач компетентен решить такой вопрос.

В поликлиниках существуют специальные комиссии, которые дают медотвод от прививки, если это нужно. Непривитые дети есть. Но они с очень большой осторожностью входят в общество. Не посещают детский сад, обучаются дома, не могут порой бывать в кинотеатрах и театрах, проводить время со сверстниками.

Другой вопрос: делать или не делать прививки против гриппа? Срок действия у этих прививок короткий, а эффективность - около 60 процентов. Такие прививки должны быть сделаны месяца за два до вспышки гриппа. Так что если на улице, например, март и идет эпидемия гриппа, прививку следовало сделать в конце декабря прошлого года.

Каждый имеет право решать сам, нужно ли прививать ребенка от гриппа или не нужно. Если вы полагаетесь в этом вопросе на лечащего врача, тогда он вам поможет сделать правильный выбор.

Еще хочу сказать, что существуют некоторые так называемые плановые прививки, в которых имеются аллергизирующие добавки. Детям, у которых есть склонность к аллергии, нужны наблюдение врача и специальная подготовка.

Мила ШИМАНСКАЯ,
врач-педиатр.

дет научиться работать с собственной бессознательной памятью. Мы с вами можем периодически возвращаться к тому, какими мы были, когда не болели, не курили или не пили спиртное. Идентифицируясь на бессознательном уровне с нормой в прошлом, наше "я" сегодня может избавиться от многих недугов. Возвращаясь к норме, изучите внутренним взором и чувствами, какой вы в этом состоянии, что вы ощущаете, какие у вас возникают ассоциации. Изучите, когда и что подтолкнуло вас к вредной привычке или болезни. При этом старайтесь понять и зафиксировать на сознательном уровне состояние нормы. Такая работа похожа на сценарий фантастического фильма, где герой при помощи машины времени перемещается то в будущее, то в прошлое... Он видит, что ему плохо сегодня, и благодаря машине времени возвращается в прошлое и производит там определенные коррективы...

Мы с вами не в кино, но при помощи данного тренинга действительно можно корректировать свое здоровье, освобождаясь от отрицательной информации памяти, извлекая из нее урок. Мы идентифицируемся с памятью, где не было отклонений от нормы тела и психики, мы запускаем таким способом механизм исцеления.

Включите спокойную музыку и садитесь поудобнее в кресло. Закройте глаза. Приведите в норму ритм дыхания...

Сконцентрируйтесь на ваших подошвах. Они становятся теплыми и чувствительными. Вы хорошо ощущаете контакт с землей...

Внутренним взором представьте себе, что из земли в ваши ноги начинают подниматься потоки земной энергии. Они зеленого цвета...

Когда потоки поднялись до колен, остановите их (преградите им путь воображаемыми органы брюшной полости. После этого пропустите поток дальше вверх по позвоночнику. Когда он достигнет макушки, остановите его. Зеленая земная энергия заполняет вашу грудную клетку и голову. Вы чувствуете успокоение и равновесие во всем организме...

Дальше пропустите поток через макушку в космос и попросите его выйти на тонкие слои памяти, где есть информация о вашем исцелении. Когда вы видите, что в голове появились ассоциации мыслей из вашего прошлого, картины, попросите память помочь решить вашу проблему... Например: "Память, помоги мне найти источник моего псориаза, исправить его и исцелиться".

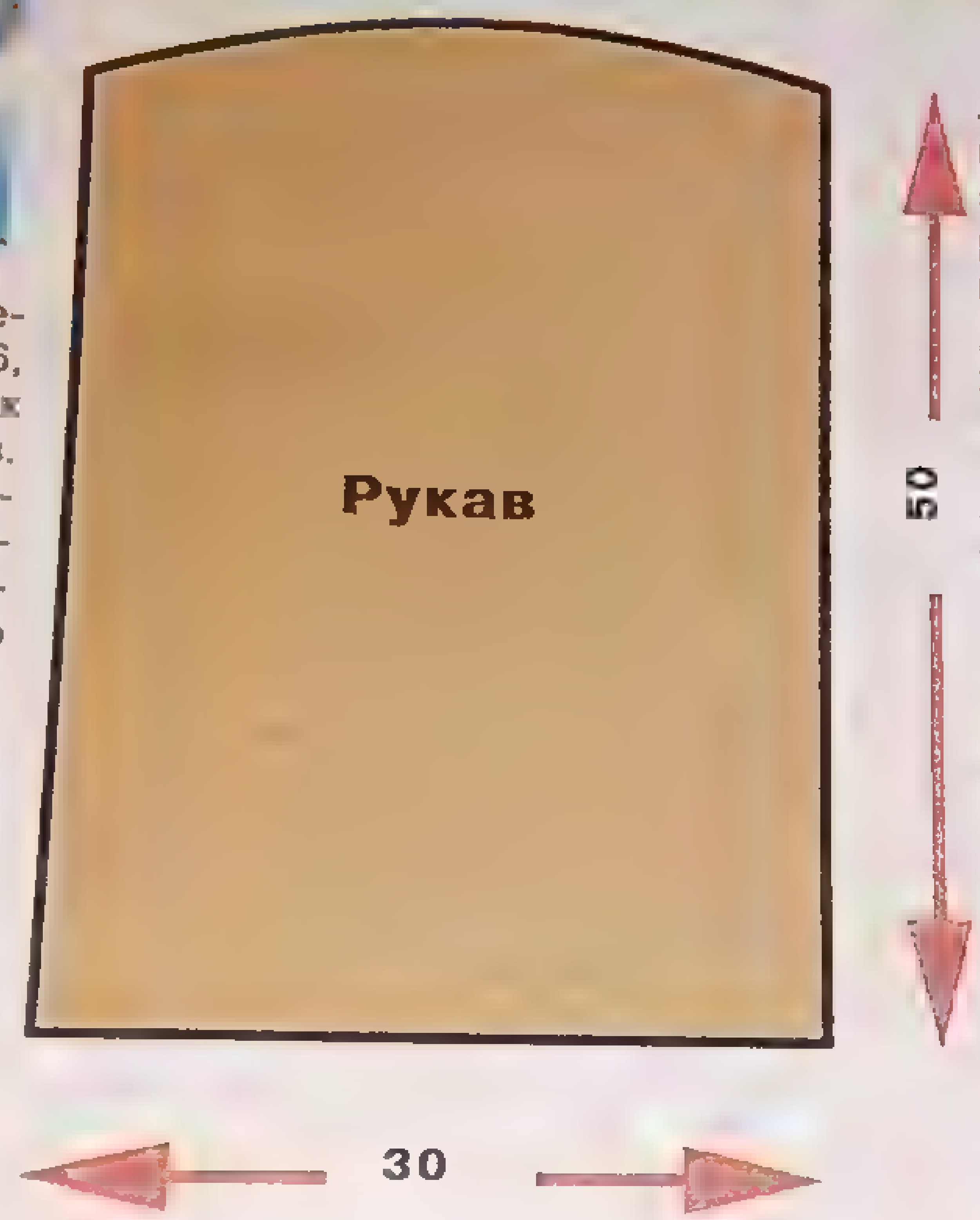
Во время медитативной работы с памятью будьте активным наблюдателем, анализируйте. Чтобы вы ни чувствовали и ни видели во время тренинга, знайте: это полезная информация, которая касается только вас.

В конце тренинга поблагодарите память за подсказку и помощь. С закрытыми глазами прочувствуйте все тело. Откройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха. Полученную информацию запишите в дневник. Через какое-то время она может быть для вас очень полезной.

Записала
Юлия СМИРНОВА.

А РУКАВА В ДЫРОЧКУ

Свитер меланж. Размер 44-46



Вам потребуется: 700 г меланжевой пряжи, спицы № 6, 7 и 8. Плотность вязания: 10 x 10 см = 10 петель x 15 рядов.

Спинка. Наберите 54 петли, свяжите 2 ряда изнаночными. Затем перейдите на лицевую гладь. Вяжите полотно высотой 35 см. Затем закройте с двух сторон по 6 петель: 3 раза по 2 петли. Вяжите прямо до плечевых линий. По лицу вязания закройте 10 петель, довяжите ряд до конца, провязывая центральные 22 петли изнаночными, остальные 10 петель свяжите до конца ряда, поверните вязание и закройте их, центральные 22 петли переснимите открытыми на нитку.

Перед. Наберите 54 петли, свяжите 2 ряда изнаночными. Затем вяжите:

1-й ряд - кромочная, 15 лицевых, 2 изнаночные, 18 лицевых, 2 изнаночные, 15 лицевых, кромочная.

2-й ряд и все изнаночные - по рисунку, накиды вяжите скрещенной изнаночной.

3-й ряд - кромочная, 15 лицевых, 2 изнаночные, *3 лицевые, 1 накид* 6 раз, 2 изнаночные, 15 лицевых, кромочная.

5-й ряд - кромочная, 15 лицевых, 2 изнаночные, *6 петель перекрестить влево* 4 раза, 2 изнаночные, 15 лице-

изнаночные, 15 лицевых, кромочная.

13-й и 15-й ряды - как 7-й и 9-й.

Повторять с 1-го по 15-й ряд (см. схему № 1).

Через 35 см от начала вязания закройте для пройм с двух сторон 6 петель: 3 раза по 2 петли. Свяжите до плечевых линий. Закройте 10 петель, довяжите ряд до конца, поверните вязание, закройте 10 петель, центральные петли косы (28 петель) переснимите открытыми на нитку.

Рукав. Наберите на спицы № 8 32 петли, свяжите 2 ряда изнаночными и с 3-го ряда начни- ... сетку по схеме № 2.

лицо и снова закройте 5 петель. Так закрывайте по 5 петель в начале каждого ряда всего 4 раза и 2 раза по 6 петель с каждой стороны, рабочая нить окажется в центре рукава, оборвите ее.

Воротник. Сшейте одно плечо. Переснимите открытые петли спинки и переда на спицы № 8, свяжите 1 ряд, в котором скорректируйте количество петель для рисунка сетки. Оно должно быть кратно 4 + 2 + 2 кромочные. Свяжите прямое полотно высотой 25 см и закройте петли.

Сборка. Сшейте воротник и плечо одним швом, начиная от верха воротника. Сшейте рукава, перед и спинку и втачайте рукава.

Рисунок сетки: (схема №2)

1-й ряд - кромочная, 1 лицевая, *1 накид, 2 вместе лицевой с наклоном влево, 2 вместе лицевой с наклоном вправо, 1 накид*, 1 лицевая, кромочная.

2-й ряд - по рисунку, двойные накиды вяжите 1 лицевая, 1 изнаночная, одинарные накиды в начале и в конце ряда вяжите изнаночной

3-й ряд - лицевые.

4-й ряд - изнаночные.

цевые, 1 накид* 6 раз, 2 изнаночные, 15 лицевых, кромочная.

5-й ряд - кромочная, 15 лицевых, 2 изнаночные, *6 петель перекрестить влево* 4 раза, 2 изнаночные, 15 лицевых, кромочная.

7-й и 9-й ряды - кромочная, 15 лицевых, 2 изнаночные, 24 лицевые, 2 изнаночные, 15 лицевых, кромочная.

11-й ряд - кромочная, 15 лицевых, 2 изнаночные, 3 лицевые, *6 петель перекрестить вправо* 3 раза, 3 лицевые, 2

вяжите ряд до конца, поверните вязание, закройте 10 петель, центральные петли косы (28 петель) переснимите открытыми на нитку.

Рукав. Наберите на спицы № 8 32 петли, свяжите 2 ряда изнаночными и с 3-го ряда начните вязать сетку по схеме № 2. Свяжите полотно высотой 50 см, затем закрывайте петли частичным закрытием: по лицу вязания в начале ряда 5 петель, довяжите ряд до конца, поверните на изнанку, закройте 5 петель, довяжите ряд до конца, поверните на

цевой с наклоном влево, 2 вместе лицевой с наклоном вправо, 1 накид*, 1 лицевая, кромочная.

2-й ряд - по рисунку, двойные накиды вяжите 1 лицевая, 1 изнаночная, одинарные накиды в начале и в конце ряда вяжите изнаночной.

3-й ряд - лицевые.

4-й ряд - изнаночные.

5-й ряд - кромочная, 1 лицевая, *2 вместе вправо, 2 накида, 2 вместе влево*, 1 лицевая, кромочная.

6-й ряд - как 2-й ряд.

7-й и 8-й ряды - как 3-й и 4-й.

Повторять с 1-го по 8-й ряд.

Людмила ОЛЕЙНИК.

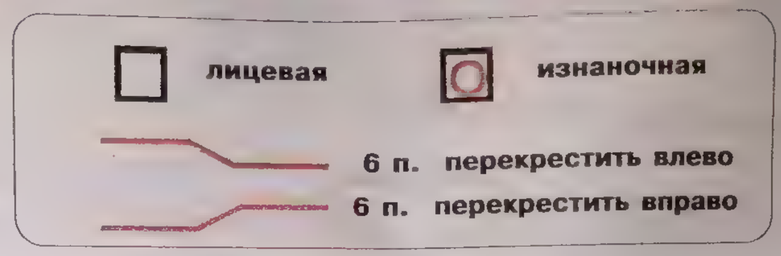
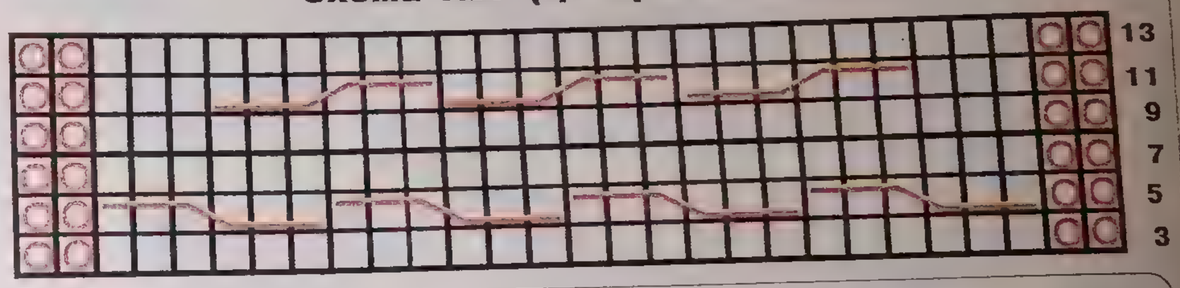


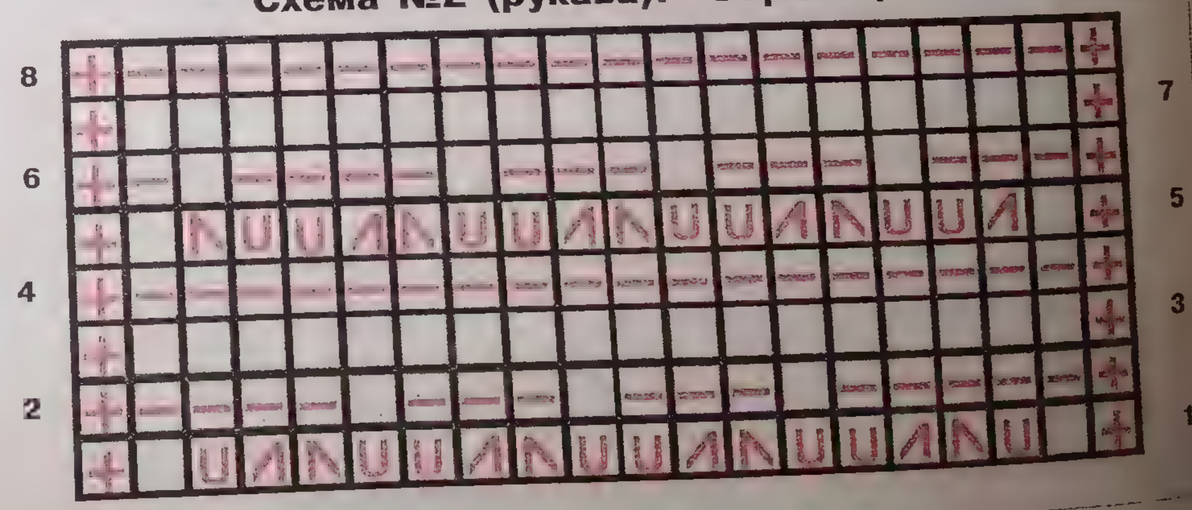
Схема №1 (центральный узор)



Количество петель кратно 4+2+2 кромочные

кромочная
изнаночная
2 вместе влево
лицевая
накид
2 вместе вправо

Схема №2 (рукава). Образец на 20 петель



[illegible]

Хотя мебель и является лишь составной частью интерьера наряду с другими предметами обихода, именно с нее, как правило, люди начинают обустройство своей квартиры. Стало быть, ваш выбор мебели для своего жилища зависит от двух факторов: из чего будете выбирать и от финансовых возможностей. Ассортимент нужной мебели зависит от избранного вами торгового предприятия. В больших мебельных магазинах вы найдете все вплоть до гарнитуров. В небольших магазинчиках продаются в основном отдельные предметы меблировки, которые могут чем-то дополнить интерьер.

ГАРМОНИЯ В ИНТЕРЬЕРЕ

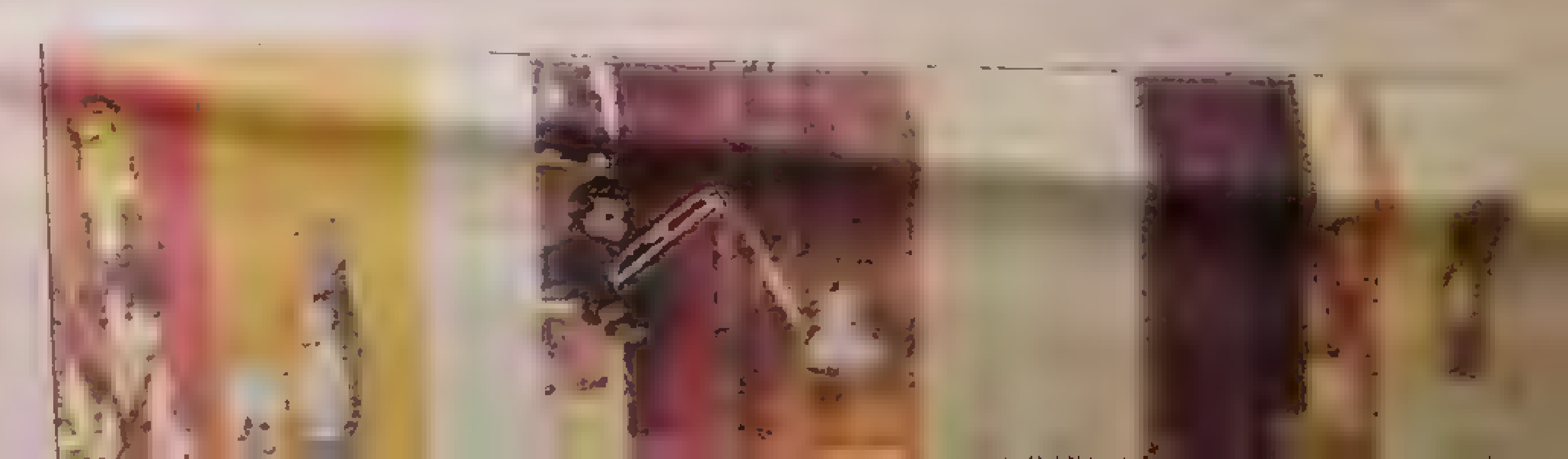
торых представляет ценность сам по себе.

Однако общее впечатление должно быть благоприятным. Этому служат пропорциональность, цветовая гармония, а также материалы, из которых изготовлены предметы мебели. Поэтому перед выбором покупки серьезно подумайте. Руководствуйтесь простыми принципами. Прежде всего - действительно ли нужна вам та или иная вещь и как вы намерены ею пользоваться. Потом прикиньте, где ее поставите, не будет ли она чему-нибудь мешать (например, сможете ли открыть дверь комнаты или двер- [illegible]

Наконец, о форме и цвете. В принципе можно допустить, что мебель с закругленными краями удобнее и эстетичнее. Но порой такое впечатление оказывается обманчивым, особенно в небольшой квартире. Предпочтительнее поэтому прямые формы без выкрутасов. Такая мебель, как правило, и служит дольше. Предметы мебели с гладкими и плоскими поверхностями некоторым кажутся слишком примитивными. Но ведь они практичнее и удобнее в использовании. Имейте в виду: темная мебель доминирует в квартире, а светлая как бы облегчает ее. А еще цвета интерьера олицетворяют связь с природой. Например, голубой цвет напоминает о небе.

Все эти детали должны гармонировать с теми вещами, с которыми вам не хочется расставаться. Не поддавайтесь искушению приобрести мебель по последней моде. Руководствуйтесь тем, что обустраиваете свой дом, в котором вам жить и жить. И не покупайте вещи, ориентируясь лишь на дешевизну. Ясная конкретная цель облегчит выбор вещей, а приобретение их постепенно, а не скопом еще и сэкономит ваши деньги.

Стефан КРАМЕР,
польский художник,
специалист по интерьерам.



Порой люди покупают то, на что и внимания не обратили бы, будь выбор побогаче. Кроме того, иногда продаются предметы мебели низкого качества, а то и вовсе с дефектами. Однако в таких случаях разнообразие форм, цветов и материалов дезориентирует покупателя и затрудняет выбор.

Поэтому, если вы точно не решили, что покупать, выбор лучше делать в таких магазинах, где кроме мебели имеется много других нужных в доме предметов. Ведь там, где мебель органично вписана в специально оформленную нишу или угол, да еще и дополнена торшером, гардиной и другими мелкими предметами обихода, вам легче будет разобраться, что из этого подойдет, а что не подойдет для вашего жилища. Такое ознакомление с выставочным интерьером, возможно, заставит скорректировать уже принятое ранее решение.

А оно обязательно должно учитывать функциональность, практичность и качество мебели. Иногда люди именно во время таких осмотров начинают интуитивно чувствовать, в каком стиле им хотелось бы обставить комнату, кухню и т.д. Ваше решение зависит также и от того, намерены ли вы купить комплект мебели или только то, что гармонично дополнит уже имеющееся. Современная торговля предлагает множество разнообразных отдельных предметов меблировки, которые порой многофункциональны. Это раскладные столы-книжки, кресла-кровати и диваны-кровати, которые особенно практичны для небольших квартир.

В зависимости от финансовых возможностей вы сами решаете, какие предметы мебели подойдут к уже имеющимся в доме. Ведь интерьер может быть красивым даже тогда, когда в нем находятся предметы мебели разного стиля, но каждый из которых **Перед выбором покупки серьезно подумайте. Руководствуйтесь** простыми принципами. Прежде всего - действительно ли нужна вам та или иная вещь и как вы намерены ею пользоваться. Потом прикиньте, где ее поставите, не будет ли она чему-нибудь мешать (например, сможете ли открыть дверь комнаты или дверцу шкафа, подходящей ли является длина кровати, высота шкафа или спинки стула). К имеющимся в квартире вещам придется подбирать соответствующие полки, шкафчики, даже поверхность стола следует принимать во внимание. Не забудьте о прочности вещей, виде материала, из которого они изготовлены, просто ли поддерживать их в порядке.

квартире, а светлая как бы об-

КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

МЕКСИКАНСКИЕ ОКОРОЧКА

ОКОРОЧКА В СЫРНОМ КЛЯРЕ

Сначала приготовьте кляр. Луковицу мелко порубите, смешайте со стаканом тертого сыра, чайной ложкой крахмала, добавьте полстакана молока и 2 яйца. Посолите, поперчите по вкусу.

Четыре окорочка потушите с добавлением воды до полной готовности. Немного остудите, обмакните в кляре и обжарьте на растительном масле.

КУРИНЫЕ НОЖКИ ПО-МЕКСИКАНСКИ

Возьмите 4 окорочка, 2 луковицы, по 1 красному и зеленому болгарскому перцу, 500 г свежих или консервированных помидоров, баночку консервированной кукурузы, 4 зубчика чеснока, черный молотый перец, соль, растительное масло для жарки.

Перец нарежьте полосками, помидоры - ломтиками, лук и чеснок мелко порубите. В глубокую сковороду налейте растительное масло, выложите слоями овощи в следующей последовательности: лук, перец, помидоры, чеснок, кукуруза. Посолите, поперчите. Сверху выложите натертые солью и перцем окорочка. Запекайте в духовке 35-40 минут. За время приготовления ножки нужно 2 раза перевернуть.

ОКОРОЧКА С МЕДОМ И ЛИМОНОМ

Четыре окорочка обваляйте в муке, поджарьте на сливочном масле и разложите на противне. Посыпьте солью и красным перцем. Сок одного лимона смешайте с 3 столовыми ложками меда и полученной смесью полейте окорочка.

Запекайте в разогретой духовке до готовности, время от времени поливая выделяющимся соком.

Прасковья ГОРБАТОВА.
г. Калач-на-Дону Волгоградской области.

ШАНСОВ В ДВА РАЗА БОЛЬШЕ!

ВОЗЬМИ И ВЫИГРАЙ!

ФАВОРИТ

Только одна газета дает возможность и "оттянуться" за серией кроссвордов, и узнать все самое интересное, самое вкусное из новостей. Только одна газета в награду за ее чтение и разгадывание кроссвордов раздает призы.

Эта газета - "Фаворит".

Вы хотите приз? Мы ждем вас!

В Объединенном каталоге "Пресса России" (он зеленого цвета) надо открыть 1-й том на странице 127, найти наш индекс - 40856 и оформить подписку. Теперь мы всегда будем в вашем доме.

Ваш "Фаворит".

ОБЕД ПОД ШУБОЙ

БЫСТРОЕ ЖАРКОЕ

Возьмите 500 г мясного фарша, 2 луковицы, сладкий перец, 4-5 картофелин, 3-4 столовые ложки растительного масла, лавровый лист, соль, перец по вкусу.

Фарш немного разведите водой и разомните, чтобы не было крупных комочков. Для жарки, 100 г майонеза, пол чайной ложки черного молотого перца, душистый перец и лавровый лист, соль по вкусу.

В утятнице обжарьте натертые молотым перцем окорочка. На них уложите слоями порезанные помидоры, перемешанные с измельченным

ПОСТНЫЕ ГРИБНЫЕ ПЕЛЬМЕНИ

10 сушеных грибов вымочите в трех водах и варите до тех пор, пока они не станут мягкими. Затем мелко порежьте и поджарьте в растительном масле. Те, кто держит нестрогий пост, могут добавить рубленую рыбу. Посолите, поперчите. Несколько луковиц от-

ПО БУТЕРБРОДУ

БУТЕРБРОДЫ С ЯИЧНЫМ ПАШТЕТОМ

Сварите вкрутую 2 яйца, разрежьте на половинки, выньте желтки и разотрите с 50 г сливочного масла до по-

го измельченного лука тщательно перемешайте.

Кусочки хлеба намажьте сливочным маслом, сверху горчичной массой, а на нее положите ломтики грибов. По желанию можно

ОБЕД ПОД ШУБОЙ

Фарш немного разведите водой и разомните, чтобы не было крупных комочков. Добавьте мелко нарезанные лук, сладкий перец и порезанный ломтиками картофель. Приправьте лавровым листом, солью, перцем. Положите на смазанную маслом сковороду, залейте водой, закройте крышкой и тушите на медленном огне до готовности.

ОКОРОЧКА ПОД ШУБОЙ

Вам понадобится 3-4 куриных окорочка, 2-3 луковицы, 2 морковки, 2-3 помидора, кабачок, стакан риса, 3-4 зубчика чеснока, растительное масло

...ртые молотым перцем окорочка. На них уложите слоями порезанные помидоры, перемешанные с измельченным чесноком, вымытый рис, натертую на крупной терке морковь, порезанный кубиками кабачок и колечки лука. Подлейте полстакана воды, положите специи, закройте крышкой и поставьте на час в умеренно нагретую духовку. Затем снимите крышку, залейте жаркое майонезом и запекайте до появления золотистой корочки.

Наталья ЧАШКОВА.
с. Тюменцево
Алтайского края.

ТВОРОЖНЫЕ ДЕЛИКАТЕСЫ

ТВОРОЖНАЯ ГОРКА

Перемешайте 1 кг творога с банкой сгущенного молока. Добавьте цедру апельсина или лимона. Снова перемешайте, выложите горкой на тарелку и залейте взбитой с сахаром сметаной или сливками. Поставьте на час в холодильник и подавайте на стол.

ТВОРОЖНЫЙ ТОРТ

Тщательно перемешайте 500 г творога, полстакана молока, столько же сахарного песка, 2 взбитых яйца, 25 г сливочного масла, чайную ложку гашенной уксусом соды, 2 столовые ложки манной крупы, ванилин по вкусу. Выложите в смазанную маслом форму и выпекайте в разогретой духовке.

Елена ГАВРИЛОВА.
г. Остров
Псковской области.

Название этому блюду я еще не придумала, но рецепт очень простой и вкусный.

БЕЗЫМЯННАЯ РЫБА

1 кг рыбы, лучше минтая, порежьте на небольшие кусочки, слегка поджарьте, удалите кости. Отварите и промойте под холодной водой 1,5 стакана риса. Головку лука мелко порежьте, обжарьте и смешайте с рисом. Посолите, поперчите, залейте стаканом майонеза. Возьмите сковороду с высокими краями. На дно выложите половину рисовой массы, сверху - кусочки рыбы, затем снова рис. Если есть сыр, можно натереть его на мелкой терке и слегка присыпать блюдо сверху. Подготовленное блюдо поставьте запекаться в духовку минут на 30-40.

АНАНАСНАЯ ФАНТАЗИЯ

Вам потребуется банка ананасового компота или просто консервированных ананасов, банка тунца или сайры либо в масле, либо в собственном соку, яйцо, сваренное вкрутую.

10 сушеных грибов вымочите в трех водах и варите до тех пор, пока они не станут мягкими. Затем мелко порежьте и поджарьте в растительном масле. Те, кто держит нестрогий пост, могут добавить рубленую рыбу. Посолите, поперчите. Несколько луковиц отдельно поджарьте в растительном масле и положите в фарш. Все тщательно перемешайте. Сделайте пельменное тесто, слепите пельмени и варите в кипящей воде до готовности.

ПОСТНЫЙ БОРЩ

Отварите свеклу, очистите, нарежьте соломкой. Сухие грибы замочите на 3-4 часа, отварите, бульон процедите. Грибы нарежьте ломтиками, обжарьте в растительном масле. Тонко нашинкуйте морковь, репчатый лук и слегка обжарьте в растительном масле. Добавьте помидоры и прогрейте 5-10 минут.

Замоченный чернослив проварите, удалите косточки, нарежьте ломтиками. В кипящий грибной отвар положите нашинкованную свежую капусту, варите 10-15 минут, добавьте обжаренные грибы, свеклу, морковь, коренья, чернослив и доведите до готовности, заправив по вкусу уксусом, солью и сахаром.

Людмила БЕЛОГУРОВА.
г. Сергиев Посад
Московской области.

Консервы разомните вилкой. Яйцо натрите на мелкой терке и смешайте с рыбой. На середину плоского блюда выложите яично-рыбную массу, а по краям - кусочки ананасов. Если есть зелень, то можно ее мелко порезать и посыпать блюдо.

Инна СТАВИЦКАЯ.
Магнитогорск
Челябинской области.

ПО БУТЕРБРОДУ

БУТЕРБРОДЫ С ЯИЧНЫМ ПАШТЕТОМ

Сварите вкрутую 2 яйца, разрежьте на половинки, выньте желтки и разотрите с 50 г сливочного масла до получения однородной массы. Белки мелко порубите, посолите и размешайте с небольшим количеством горчицы. Перемешайте с желтковой массой и выложите на ломтики хлеба. Сверху можно посыпать мелко порезанным зеленым луком.

БУТЕРБРОД С ГРИБАМИ

Свежие грибы (150 г) очистите, прокипятите 3 минуты в солено-уксусной воде, откиньте на дуршлаг, дайте стечь воде и нарежьте красивыми ломтиками. Столовую ложку уксуса, соль, сахар, горчицу по вкусу, немного измельченного лука тщательно перемешайте.

Кусочки хлеба намажьте сливочным маслом, сверху - горчичной массой, а на нее положите ломтики грибов. При желании можно полить бутерброд каким-нибудь томатным соусом.

БУТЕРБРОД С ТВОРОГОМ

150 г свежего творога протрите через дуршлаг, перемешайте с 2 ложками сметаны, посолите и добавьте мелко порубленный зеленый лук.

Ломтики хлеба намажьте сливочным маслом, сверху выложите творожную массу, а на нее - тонкие кружочки болгарского перца.

Анастасия ШИВАЛОВА.
с. Ольховка
Курганской области.

СКУМБРИЯ В ФОЛЬГЕ

Скумбрию вычистите, вымойте, промокните полотенцем.

Натрите ее солью и перцем, в брюшко вложите мелко нашинкованные чеснок и зелень. Заверните скумбрию в фольгу, оставив небольшое пространство внутри. Завернутую рыбу положите на противень брюшком вверх и запекайте минут 20. Затем аккуратно вскройте фольгу и полейте рыбу лимонным соком.

Валентина ГЕРАСИМОВА.
г. Беломорск, Карелия.

УТКА С ЧЕРНОСЛИВОМ

Утку разрежьте на порционные кусочки весом примерно 100 г. Сложите в утятницу, посолите, поперчите и тушите в течение получаса. Воду не добавляйте - утка должна тушиться в собственном соку. После этого выложите на мясо 500 г промытого чернослива и тушите до готовности. Утка получается изумительно вкусная, с приятным ароматом чернослива.

Валерия ЮНУСОВА.
Омск.

ЛЮБЛЮ Я АНАНАСЫ

В моей семье все очень любят ананасы. Но рецепты блюд с использованием этих экзотических фруктов встречаются нечасто. А напрасно. Ведь с ананасами можно приготовить множество закусок и десертов.

САНДВИЧИ ПО-ГОЛЛАНДСКИ

Обжарьте 8 ломтиков белого хлеба. 4 ломтика намажьте маслом. На каждый положите по кусочку мяса и сыра, половинку ломтика ананаса. Накройте другим ломтиком хлеба и запекайте в духовке до тех пор, пока сыр не начнет плавиться.

САЛАТ "КЛЕОПАТРА"

Вам потребуется 200 г крабовых палочек, по баночке маслин без косточек, консервированных ананасов и шампиньонов, луковица, столовая ложка 9-процентного уксуса, 4 столовые ложки майонеза.

Луковицу нарежьте тонкими кольцами, залейте уксусом и оставьте на 20 минут. Крабовые палочки нарежьте тонкими полосками, маслины - тонкими кружочками, ананасы и шампиньоны - кубиками. Все перемешайте, лук добавьте вместе с уксусом. Посолите, поперчите по вкусу и заправьте майонезом.

САЛАТ "ОЖИДАНИЕ"

Мелко нарежьте 4 отварных куриных окорочка и ананас. При желании можно добавить зелень и отварные шампиньоны.

Из 250 г майонеза, 4 столовых ложек сухого вина и баночки ананасового йогурта приготовьте заправку и залейте салат.

КОРЗИНОЧКИ С ВЕТЧИНОЙ

Нарежьте кубиками 200 г ветчины и 3 дольки ананаса, можно из компота. Отварите до готовности 5-7 небольших шампиньонов и нарежьте ломтиками. Небольшой цуккини порежьте и обжарьте в растительном масле. Влейте 3 столовые ложки хереса, добавьте по столовой ложке томатного и соевого соуса, уксуса и сахара, а также 2 чайные ложки крахмала, чтобы соус был погуще. Сюда же всыпьте кубики ветчины и ананаса, ломтики грибов, доведите до кипения и полученной массой наполните корзиночки из несладкого теста.

АНАНАСОВАЯ ЗАПЕКАНКА С ЯГОДАМИ

Вымойте и переберите 250 г свежих ягод. Я обычно беру ежевику. Если свежих ягод нет, подойдут и замороженные. Вскипятите 2 стакана молока с 50 г сахара и щепоткой соли. Всыпьте в него 125 г риса и варите на слабом огне 35 минут. Ананас очистите, нарежьте кусочками, сложите в сотейник, засыпьте 50 г сахара и доведите до кипения на слабом огне при закрытой крышке. Прокипятите 5 минут. Откиньте на дуршлаг и остудите. У 2 яиц отделите белки от желтков. Желтки разотрите с 50 г сахара и смешайте с рисом. Белки взбейте с щепоткой соли и тоже добавьте в рис. В смазанную жиром форму выложите ананасы и ежевику, а на них - рис. Запекайте в духовке минут 5.

Светлана СУХАНОВА. Оренбург.

Московский ресторан "Годунов" славится своими блюдами, большинство из которых приготовлены по рецептам старинной русской кухни с применением современных технологий. А готовит их коллектив поваров под руководством шеф-повара Сергея ЕРОШЕНКО.

ОБЕД ОТ "ГОДУНОВА"

ШТРУДЕЛЬ ИЗ КОПЧЕНОЙ УТКИ С ТУШЕНОЙ КАПУСТОЙ ПОД МЕДОВЫМ СОУСОМ

Мясо копченой утки мелко порежьте, смешайте с тушеной капустой и фисташками, заверните в тесто (оно готовится так же, как на пельмени) и запеките в духовке до готовности. Отдельно приготовьте медовый соус. Смешайте мелко порезанный лук-шалот, концентрированный мясной бульон, мед и соус бальзамин. Выпарите до густой массы и полейте готовое блюдо.

РЫБА, ПРИТУШЕННАЯ В ШАМПАНСКОМ

Филе форели обжарьте с двух сторон и при[illegible]

ЖАРКОЕ ИЗ СВИНИНЫ

Морковь нарежьте тонкими пластинами и одним слоем выложите на смазанный противень. Сверху положите слой нарезанного кольцами репчатого лука. [illegible] порежьте на кусочки, отбейте, [illegible] слегка

КУРИЦА В ГНЕЗДЕ

Сначала мы приготовили по рецепту "Друга дома" куриное филе в картофельной соломке, а потом немного переделали рецепт на свой лад. Получилось тоже очень удачно. А назвали мы это блюдо "Курица в гнезде".

Готовится оно из следующих продуктов: 1 кг куриного филе, 10-12 картофелин средней величины, 3 луковицы, 3 яйца, 3 столовые ложки молока, соль, перец, [illegible] кинзы

тельном масле. Сверху можно полить 2 ложками яично-молочной смеси. А растительное масло, в котором будете жарить, лучше предварительно подсолить.

Готовое блюдо выложите на

ЖАРКОЕ ИЗ СВИНИНЫ

Морковь нарежьте тонкими пластинами и одним слоем выложите на смазанный противень. Сверху положите слой нарезанного колечками репчатого лука. Нежирную свинину порежьте на порционные кусочки, отбейте, посолите, поперчите, слегка обжарьте и выложите на лук. Последний слой - это порезанный на пластины, отваренный в мундире и очищенный картофель. Все слегка подсолите, залейте майонезом и запеките в духовке.

Ольга ФЕДОТОВА.
Междуреченск
Кемеровской области.

КУРИЦА В ГНЕЗДЕ

Сначала мы приготовили по рецепту "Друга дома" куриное филе в картофельной соломке, а потом немного переделали рецепт на свой лад. Получилось тоже очень удачно. А назвали мы это блюдо "Курица в гнезде".

Готовится оно из следующих продуктов: 1 кг куриного филе, 10-12 картофелин средней величины, 3 луковицы, 3 яйца, 3 столовые ложки молока, соль, перец, молотые семена укропа и кинзы.

Куриное филе отбейте. Посолите, поперчите, посыпьте приправами. Яйца взбейте с молоком и в получившуюся смесь опустите филе.

Картофель очистите и нашинкуйте тонкой соломкой. Промокните полотенцем и добавьте мелко порезанный лук. Обваляйте курицу в смеси картофеля и лука, жарьте в кипящем растительном масле. Сверху можно полить 2 ложками яично-молочной смеси. А растительное масло, в котором будете жарить, лучше предварительно подсолить.

Готовое блюдо выложите на тарелку и украсьте зеленью.

А подруга моя попробовала запечь такие гнезда в духовке на противне. Это удобно, если нужно готовить для большого количества гостей.

Маргарита ДЬЯЧЕНКО.
г. Нальчик,
Кабардино-Балкария.

БЕЗЗАБОТНАЯ ВЫПЕЧКА

БАРМАКС
(татарское печенье "Пальчики")

Для теста возьмите 2 стакана сметаны, 2 столовые ложки сливочного масла, 5 стаканов пшеничной муки, немного соли.

Для начинки: 1 кг ядер грецких орехов, 5 столовых ложек сливочного масла, 8 стаканов сахарного песка.

Сначала приготовьте начинку: грецкие орехи очистите, поджарьте, измельчите, перемешайте с сахаром, после этого введите сливочное масло и разотрите до однородности.

Теперь займитесь тестом. В глубокую посуду влейте сметану, растопленное сливочное масло, соль и все размешайте до однородной массы. После этого добавьте просеянную муку и замесите тесто такой же густоты, как на пельмени. Разделите его на маленькие шарики, раскатайте, положите начинку и заверните в виде рулета. Каждый рулет не должен быть больше пальца. Подготовленные "пальчики" положите на смазанную сковороду и выпекайте в разогретой духовке 40-50 минут. Готовое печенье посыпьте сахарной пудрой.

СЫРНЫЕ БАБКИ

Из 500 г творога, 2 столовых ложек муки, 2 яиц, полстакана сметаны, 2 столовых ложек сливочного масла замесите тесто. Оно должно получиться чуть более жидким, чем для сырников. При желании можно его немного подсолить. Ложкой опускайте тесто в виде клецек в кипящую подсоленную воду. Готовые клецки выложите на смазанную маслом сковороду, сбрызните сметаной и запеките в духовке.

КОВРИЖКА

Пять яиц взбейте с 0,75 стакана сахарного песка. 500 г меда уварите с пряностями - корицей, гвоздикой, мускатным орехом, кардамоном, имбирем. Остудите, введите взбитые яйца, добавьте 1,5 стакана муки и замесите тесто. Поставьте его в теплое место на 3-4 часа. За это время его несколько раз нужно хорошо перемешать. После этого всыпьте еще 1,5 стакана муки, тщательно вымешайте, выложите на смазанный противень и дайте постоять в течение часа, чтобы тесто поднялось. Выпекайте в умеренно разогретой духовке 40-45 минут.

КОФЕЙНЫЙ ТОРТ "БЕЗ ЗАБОТ"

Вам потребуется 4 стакана тертых сухарей, 1,5 стакана сахара, 2 яйца, 2 стакана молока, по 2 столовых ложки молотого кофе и толченых орехов.

Яйца разотрите с сахарным песком. Молоко вскипятите, добавьте кофе, доведите до кипения. Процедите и разделите пополам. Одной частью горячего молока залейте сухари, а вторую влейте в яичную массу и варите на слабом огне до кипения. Остудите и смешайте со 100 г взбитого сливочного масла. Полученный крем разделите на 2 части. Одну смешайте с сухарями и получившуюся густую массу выложите на тарелку. Сверху - слой оставшегося крема. Посыпьте торт толчеными орехами и уберите на 1-2 часа в холодильник.

Марина ЮЖАКОВА.
г. Березняки
Пермской области.

товьте медовый соус. Смешайте мелко порезанный лук-шалот, концентрированный мясной бульон, мед и соус бальзамин. Выпарите до густой массы и полейте готовое блюдо.

РЫБА, ПРИТУШЕННАЯ В ШАМПАНСКОМ

Филе форели обжарьте с двух сторон и припускайте в шампанском. Затем выложите на тарелку и полейте соусом из густых сливок, рыбного бульона, сливочного масла, вымешанных до однородной массы.

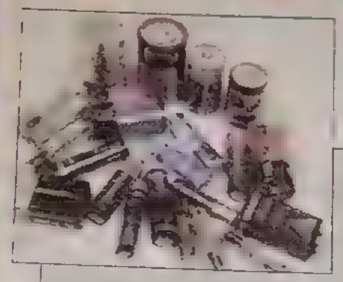
В качестве гарнира подают запеченную в молоке с сыром отварную цветную капусту.

САЛАТ ИЗ ПАЛТУСА ГОРЯЧЕГО КОПЧЕНИЯ

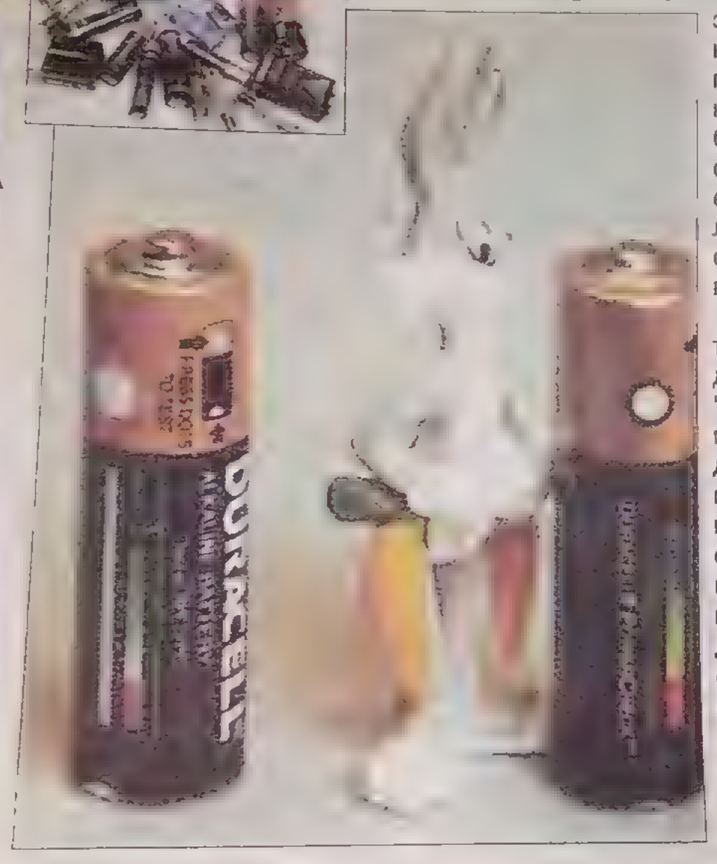
В форму выложите слоями нарезанный палтус горячего копчения, различные овощи (помидоры, огурцы), отварные крабы или креветки. Все залейте майонезом. Затем форму переверните на лежащую на тарелке хлебную лепешку, а сверху блюда положите такую же хлебную лепешку.

Салат подается с раковым соусом. Для его приготовления смешайте крепкий раковый бульон, оливковое масло и соус бальзамин.

ДЕЛО НЕ В ЦЕНЕ, А В ПРИБОРЕ



Срок службы "пальчиковых" батареек не всегда соответствует рекламным обещаниям, а высокая цена не гарантирует хорошего качества.



Элементы питания типа АА (так называемые пальчиковые) - один из самых ходовых товаров в мире. Ежегодно в Европе продается около 3 миллиардов "пальчиковых" батареек на сумму не менее 1 миллиарда евро. Выбор батарейки - дело непростое. Севший элемент питания - это и безвозвратно потерянные фотоснимки, и не прозвонивший будильник, и прерванное интервью. Жалко отдавать 20-30 рублей за такую вещь. Поэтому многие покупатели предпочитают выбрать батарейку не дороже 10 рублей, как кота в мешке, чтобы не особенно расстраиваться в случае выхода ее из строя. Специалисты рекомендуют выбирать батарейки в зависимости от типа прибора, для которого вы их покупаете.

Имейте в виду, что все приборы, где применяются элементы питания типа АА, разделяются на четыре класса. Первый - приборы с маленькой нагрузкой: электронные часы, пульты дистанционного управления, миниатюрные радиоприемники, телефонные аппараты подойдет обычная на основе хлорида 10 рублей, и прора- она полгода-год. Средзка (аудиоплееры, ники)

ле 6-7 часов работы. Для подобных приборов лучше подходят алкалиновые элементы питания. Они позволяют кассете крутиться часов 15 без перерыва.

К третьему классу относятся приборы, которые дают большую нагрузку на батарейки, например CD-плееры, магнитолы, игровые консоли. В них обычные батарейки садятся за час работы, а дорогие алкалиновые крутят диск часов 5. Наконец, приборы с очень большой нагрузкой - игрушки с электродвигателем, фотовспышки,

элементах питания. Здесь используются только алкалиновые батарейки. Но и они, как выясняется, сильно отличаются между собой по цене и выносливости.

Эксперты британского журнала для потребителей "Which" провели испытание двух десятков современных алкалиновых батареек. Рассмотрим, как показали себя те из них, которые продаются в нашей стране. Каждый образец проверялся на три нагрузки - средняя, большая и очень большая, а срок службы батарейки оценивался по пятибалльной шкале. Итоговый балл подсчитывался по результатам всех испытаний. А стоимость часа работы оценивалась при большой нагрузке. Учитывая довольно большой разброс во времени жизни батареек, их реальная стоимость существенно отличается от рыночной. Так, отнюдь не самая дешевая **"Varta Universal"** получила самый низкий итоговый балл. Тем не менее именно эта модель широко рекламируется по телевидению, прыгая в ролике прямо в лифчик засовавшейся дамочке.

при большой нагрузке оказался у довольно дорогой батарейки **"Eveready Gold Seal"**, а при очень большой нагрузке быстрее всех садится **"Duracell Alkaline"**, хотя срок службы при средней нагрузке у этой батарейки один из самых высоких. При средней нагрузке "отличная" батарейка работает не менее 17,5 часа, а "двоечница", например **"Kodak Xtralife"**, не выдерживает и 2 часов. Большую нагрузку "отличница" тянет почти 6 часов, а оценку "плохо" ставили элементам питания, которые проработали менее 5 часов. В приборах с очень большой нагрузкой лучшие баллы получили батарейки, работавшие непрерывно не менее 2 часов, а худшие не выдерживали и часа. К последним помимо названных **"Duracell Alkaline"** и **"Varta Universal"** относится также **"Sony Stamina"**, у которой средненькие оценки по другим классам нагрузки.

Парадоксально, но самый высокий итоговый балл получила батарейка, которая обходится дешевле остальных, - **"Philips Powerlife XXL"**, у нее максимальный срок службы при большой нагрузке. Зато при средней нагрузке дольше служит **"Energizer Intelligent"**, занявшая второе итоговое место по результатам испытаний. Самая дорогая модель **"Duracell Ultra"** заняла лишь третье итоговое место, при том что при очень большой нагрузке получила высший балл. У прочих же дорогих батареек весьма посредственные показатели. Это лишний раз убеждает нас в том, что проблема выбора зависит не столько от цены, сколько от типа того прибора, для которого вы покупаете элемент питания.

Алексей МЯСНИКОВ.

Результаты испытаний батареек

Марка элемента питания	Срок службы при средней нагрузке, балл	Срок службы при большой нагрузке, балл	Срок службы при очень большой нагрузке, балл	Стоимость часа работы при большой нагрузке, $	Итоговый балл
Philips Powerlife XXL	4	5	4	0,18	4,45
Energizer Intelligent	5	4	4	0,24	4,35
Duracell Ultra	4	4	5	0,30	4,2
Panasonic Power Alkaline Max	4	4	4	0,20	4
Duracell Alkaline	5	3	1	0,25	3,3
Varta Maxi-Tech	3	3	3	0,24	3
Sony Stamina	3	3	2	0,27	2,8
Kodak Xtralife	2	3	3	0,26	2,65
Eveready Gold Seal	3	1	2	0,27	1,9

грузкой: электронные часы, пульты дистанционного управления, миниатюрные радиоприемники, телефонные аппараты. *Здесь подойдет обычная батарейка* на основе хлорида цинка за 6-10 рублей, и проработает она полгода-год. Средняя нагрузка (аудиоплееры, портативные радиоприемники) означает, что обычную батарейку вам придется менять пос-

К третьему классу относятся приборы, которые дают большую нагрузку на батарейки, например CD-плееры, магнитолы, игровые консоли. В них обычные батарейки садятся за час работы, а дорогие алкалиновые крутят диск часов 5. Наконец, приборы с очень большой нагрузкой - игрушки с электродвигателем, фотовспышки, цифровые фотокамеры - вообще не работают на дешевых

нагрузке. Учитывая довольно большой разброс во времени жизни батареек, их реальная стоимость существенно отличается от рыночной. Так, отнюдь не самая дешевая **"Varta Universal"** получила самый низкий итоговый балл. Тем не менее именно эта модель широко рекламируется по телевидению, прыгая в ролике прямо в лифчик зазевавшейся дамочке.

Наименьший срок службы

Panasonic Power Alkaline Max	4	4	4	0,20	4
Duracell Alkaline	3	3	1	0,20	2,3
Varta Maxi-Tech	3	3	3	0,24	3
Sony Stamina	3	3	2	0,27	2,8
Kodak Xtralife	2	3	3	0,26	2,65
Eveready Gold Seal	3	1	2	0,27	1,9
Varta Universal	1	2	2	0,21	1,65

ЗАО "Новые телефонные услуги", г. Москва

Стационарный ТЕЛЕФОН для сельского ДОМА и ДАЧИ

тел. (095) 362-64-31, 362-64-36

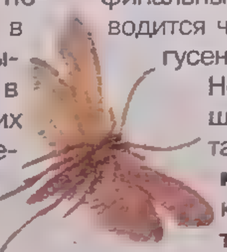
МОЛЬ, НЕ НЕРВИРУЙ МЕНЯ

Пришла весна, а значит, теплые вещи вот-вот отправятся на хранение в шкафы и кладовки. Какое средство лучше использовать, чтобы там их не съела моль? Задавшись таким вопросом, журнал "Спрос" провел испытания 13 различных антимольных средств.

Специальные антимольные средства делятся по типу действия на контактные и фумигационные. Контактные препараты (аэрозоли и спреи) предназначены для борьбы с гусеницами, орудующими на открытых поверхностях (ковры, мебель), в то время как фумигационными, напротив, травят моль в чемоданах, шкафах и других закрытых местах. В свою очередь, фумигационные средства делятся на репелленты (отгоняющие бабочек) и инсектициды (убивающие личинки).

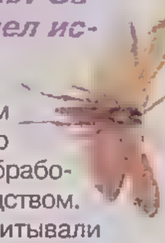
Среди 13 образцов было 2 средства контактного типа действия и 11 - фумигационного (репелленты и инсектициды). Для каждого типа существует своя методика определения эффективности, которая и применялась в ходе испытаний.

Эффективность средств контактного типа действия проверяли на главной вредительнице - платяной моли. Двадцати 28-30-дневным гусеницам предложили их любимую пищу - сукно, коварно обработанное антимольным средством. А дальше только подсчитывали трупики насекомых. По нормам финальный учет погибших проводится через 72 часа - ни одна гусеница не должна выжить. Несчастные, полакомившиеся сукном, обработанным **"Рейд Антимоль"**, "откинули лапки" через 24 часа, **"Раптор"** умертвил гусениц еще быстрее - за 8 часов.



Для оценки эффективности инсектицидных средств фумигационного типа действия кусочки ткани помещали в емкости объемом 0,5 кубического метра, воссоздавая ситуацию в шкафах, комодах, чемоданах. Туда же в марлевом садке вносили 1-2-дневных бабочек платяной моли. Их гибель от вапортрина должна была наступить через 24 часа, от других веществ (парадихлорбензол, хлорпирифос) - через 48 часов.

Завтра так и не наступило для попавших в "газовую камеру", где использовались средства **"Глорус"** и **"Экстрамит с лавандой"**. Через 36 часов за ними последовали бабочки моли, испытавшие на себе действие средства **"Globol"**. **"Taracide Антимоль"** убил всех подопытных за 48 часов.



Эффективность репеллентных средств фумигационного типа определяется по коэффициенту отпугивающего действия (КОД), который высчитывается по специальной формуле. Сначала в экспериментальную емкость объемом 0,5 кубического метра поместили 50 бабочек-однодневок. Столько же их "сестер" отправили в контрольную емкость без антимольного средства. Через трое суток подсчитали тех насекомых, что улетели как можно дальше от репеллента.

Коэффициент отпугивающего действия высчитывается исходя из соотношения 100 - (О/К) х 100, где "О" обозначало количество бабочек в опыте, "К" - в контроле. Для опытов, проведенных в лабораторных емкостях, КОД должен составлять более 75 процентов через 72 часа.

Через 48 часов КОД средства **"Мольвина"** составил 85 процентов, **"Цеоллы"** - 88, **"Гелы"** - 93 процента.

У **"Super Bat Антимоль"** через 48 часов КОД был равен 91 проценту, у **"Raid Лаванда"** - 79 процентам через 72 часа. Однако на этикетках двух последних препаратов была информация о том, что они эффективно уничтожают и гусениц моли. Мы проверили это заявление производителей. В опытные емкости поместили по 20 гусениц, обеспечив их питанием на 14 дней. Присутствие препаратов **"Super Bat Антимоль"** и **"Raid Лаванда"** не помешало им развиваться так же полноценно, как и контрольным подопытным.

Как показали испытания, не обладают репеллентным действием средства **"Зитол"** и **"Антимоль-Эффект"**, причем последнее даже не зарегистрировано в России.

Скудна информация на этикетке пластин для уничтожения моли **"Глорус"**. Видимо, изготовители полагают, что достаточно рассказали о правилах пользования и мерах предосторожности на упаковках **"Глорус-мольтокс"** и **"Вешалка в шкафу"**, чьим запасным блоком они являются.

Не заявлен срок эффективности на этикетках средств **"Раптор"**, **"Taracide Антимоль"** и **"Глорус"**. На этикетке **"Super Bat Антимоль"** не указан состав, а на средстве **"Taracide Антимоль"** - производитель.

Выводы теста

Высокую эффективность продемонстрировали 11 из 13 антимольных средств. **"Рейд Антимоль"** и **"Раптор"** быстро уничтожают гусениц, а **"Глорус"**, **"Экстрамит с лавандой"**, **"Globol"** и **"Taracide Антимоль"** - бабочек моли. Надежно отпугнуть крылатых насекомых способны средства **"Мольвина"**, **"Цеолла"**, **"Гела"**, **"Super Bat Антимоль"** и **"Raid Лаванда"**.

Обещанного репеллентного действия у средств **"Антимоль-Эффект"** и **"Зитол"** не обнаружено.

На этикетках репеллентов **"Super Bat Антимоль"** и **"Raid Лаванда"** помещена недостоверная информация относительно спектра действия этих препаратов: отпугнуть бабочек они смогут, а избавиться от гусениц с их помощью не удастся.

Средство **"Антимоль-Эффект"** не зарегистрировано в России, его продают незаконно.

Полоса подготовлена при участии экспертов журнала "Спрос"

ЛЮБОВЬ ПО АСТРОЛОГИИ

Чтобы брак был долгим и счастливым, между мужчиной и женщиной должно быть психологическое соответствие. Как астролог, добавлю: первична астральная гармония, из которой это соответствие и вырастает. Проще говоря, у партнеров в браке должна быть удачная расстановка как по годам, так и по месяцам. Рассмотрим второй фактор. Сразу замечу, что не призываю подходить к возлюбленным с готовыми схемами, ведь всем известно, что любовь зла... Но если у вас что-то не ладится, как бы вы оба ни старались, эти заметки помогут понять причины семейных проблем.

Все знают, что имеется двенадцать знаков Зодиака. Некоторые подходят друг другу идеально, другие - слабо, третьи - почти противопоказаны.

Возьмем худший случай дисгармонии - муж и жена относятся к соседним знакам. Например, один из двоих Козерог, а второй либо Стрелец (предыдущий), либо Водолей (последующий). Брак хорош для тех, кто не прочь помучиться. Условие брака: один "кормит" другого, сам добровольно испытывая всяческие ограничения. Кормилец играет роль слуги, кормимый - хозяина. Все происходит на подсознательном уровне. При этом предыдущий знак - всегда загадка. Последующий же знак - это символ быта, совместного проживания.

От смежных знаков переходим к противоположным. Овен - Весы или Козерог - Рак. Поскольку знаков всего двенадцать, то таких пар будет шесть (добавим остальные). Скорпион, ляются топливом для "костра любви". Подобное взаимопонимание облегчает совместную работу. Для оживления подобных браков рекомендуется отдых порознь. Если

Отмечу, что из всех браков этого типа (а всего таких сочетаний 12) почему-то почти не срабатывает всего один: Козерог - Скорпион, при том что психологическая совместимость у партнеров, пожалуй, даже выше, чем у других пар. Это распространенное сочетание для любовников и друзей, но дальше обычно дело не идет, поскольку сдержанного Козерога, который всегда сам, причем неохотно, принимает решение о женитьбе, настораживает ревнивая и "прилипчивая" натура Скорпиона.

Когда же партнеры принадлежат к разнородным стихиям (например, он Козерог - Земля, а она Весы - знак Воздуха или же Овен - Огонь), то возникает брак по расчету: ему - жена-красавица, а ей - муж-знаменитость или мужу - карьера, а жене - дом ее мечты. Причем пока расчет сохраняется, найдется место и любви, и заботе. Но если ожидания "участников" не сбудутся, брак распадется. Или же существует негласный договор с распределением ролей. Один должен жить интересами другого, обеспечивая тылы, готовя почву для социального успеха, чтобы потом погреться в лучах славы и вкусить от совместного благополучия.

И все-таки брак между партнерами, принадлежащими к разнородным стихиям, не всегда основан на расчете. Это случается лишь тогда, когда супругов разделяют два знака. Скажем, между Водолеем и Тельцом располагаются Рыбы и Овен. Но в этой категории браков встречаются и другие случаи, когда между зодиакальными знаками партнеров умещаются четыре знака. Например, он Стрелец, а она Телец (между ними знаки Козерога, Водолея, Рыб и Овна). Такой союз не для легкой и радостной жизни. Проблемы загнаны внутрь, поэтому плохо осознаются партнерами. Часто супругов объединяет работа. Обычно есть и другие общие интересы. При этом один супруг берет на себя тяжелое бремя труда ради другого (на работе или дома). Эта пара вместе борется с превратностями судьбы и различными тяготами, которые сами по себе являются порождением плохо сочетаемых характеров. Отношения закаляются в борьбе, но проще и легче не делаются. Любовь может переходить в ненависть, а потом неожиданно разгораться. Секс в таком браке играет важную роль.

Все изложенное выше является как бы сводом астрологических правил. Но есть несколько типов довольно удачных союзов "против правил", которые, несмотря на это, почти не распадаются. В литературе мало упоминаний об этих браках, которые я бы назвал "магическим кольцом". Браки тяжелые, но чем дальше, тем крепче они становятся. Необъяснимая тяга друг к другу, существующая на фоне борьбы. Понятно, что из 12 знаков должно образоваться шесть таких вот "неправильных" пар. Разобьем их на две тройки.

1. Овен - Рыбы, Лев - Скорпион, Дева - Весы. Это наиболее трудные союзы. В первом браке - сплошные иррациональные эмоции, во втором - они же плюс элементы практического расчета (странное сочетание), в третьем - расчет уже доминирует.

2. Другая тройка: Телец - Водолей, Рак - Стрелец, Козерог - Близнецы. Здесь накал противоречий поменьше, так как партнеры поразумней. Самая "умная парочка" - последняя. Вторая сочетает рассудочный подход с эмоциональным, ну а первая сплавляет материальное (Телец) и духовное (Водолей).

Общее у всех шести союзов одно - магический круг как бы ограждает пару и не дает из него выйти. Трудное, но все же счастье.

Итак, сценарии браков не выбирают. Кому уж как повезет. В принципе каждый союз надо пытаться сохранять, но не любой ценой.

Вадим ЛЕВИН.

ИЗБАВЛЯЙТЕСЬ ОТ ХЛАМА

Болгарский профессор Тони ЛОЛОВ, известный в

От смежных знаков противоположным. Скажем, Овен - Весы или Козерог - Рак. Поскольку знаков всего двенадцать, то таких пар будет шесть (добавим остальные: Телец - Скорпион, Близнецы - Стрелец, Лев - Водолей и Дева - Рыбы).

Люди как бы смотрят в зеркало и видят в партнере свое отражение. Прямо как в песне Юрия Антонова. В молодости такие пары имеют конкурентные отношения, порой с примесью легкой враждебности. Ведь неприятно чувствовать, что в партнере тебе не нравятся порой те качества, которыми сам обладаешь. "Давай не видеть мелкого в зеркальном отражении..." А вот это не всем удается. С возрастом же все становится на свои места, поскольку люди начинают понимать друг друга с полуслова. Но брак скучноватый, так как по мере улучшения взаимоотношений уходит романтика.

Оригинально складываются отношения в парах, принадлежащих к одному и тому же знаку Зодиака. В этом случае один из партнеров (чаще женщина) бессознательно начинает приобретать черты противоположного знака. Например, если вместе живут два Овна, то прекрасная половина начинает незаметно для себя играть роль Весов, то есть противоположного зодиакального созвездия. Такая мимикрия оказывает благоприятное влияние на брак. Заменяя "подобие" на ситуацию "зеркала", женщина создает элемент взаимного притяжения и одновременно романтики. Но все это скорее похоже на искусственный жемчуг, чем на настоящий, поскольку истинные знаки партнеров никто не отменял. Такие люди легко понимают друг друга, поэтому в отношениях недостает иллюзий, которые являются топливом для "костра любви". Подобное взаимопонимание облегчает совместную работу. Для оживления подобных браков рекомендуется отдых порознь. Если один из супругов ездит в командировки, это, как ни парадоксально, является фактором, скрепляющим такой союз.

Лучше всего заключать союз со знаком своей или родственной стихии. Как известно, стихий всего четыре. Это Земля (Телец, Дева, Козерог), Вода (Рак, Скорпион, Рыбы), Огонь (Овен, Лев, Стрелец) и, наконец, Воздух (Близнецы, Весы и Водолей). Так вот, для Земли родственной стихией является Вода, которая ее как бы орошает, а для Огня - Воздух, способствующий горению (а порой и взрыву). Лучше всего - когда оба партнера одной стихии. Отношения завязываются где угодно: на прогулке, в трамвае, даже в церкви. Людям легко и приятно друг с другом, ведь у них врожденное взаимопонимание. Любовь быстро обрастает дружбой, партнерством, общими заботами. Детей в таком браке, как правило, не меньше двух, такие союзы наиболее прочные. Достоверной статистики не существует, но процентов 80-90 из них сохраняется на всю жизнь.

Если муж и жена принадлежат к родственным стихиям, то брак похож на еду вкусную, но без перца. При прекрасном взаимопонимании (а может быть, как раз вследствие этого) все же маловато романтики. Это верные друзья, близкие по духу люди. Недостатки и достоинства друг друга - как на ладони. Никто не хочет "гнать волну", улучшая и переделывая партнера, чтобы приблизить его к своему идеалу. Часто это коллеги либо соратники. Они все поймут и простят друг другу. У этой семьи есть прочный тыл.

ему - жена-красавица, а ей - муж-знаменитость или мужу - карьера, а жене - дом ее мечты. Причем пока расчет сохраняет-

дить в ненависть, а потом неожиданно разгораться. Секс в таком браке играет важную роль.

Все изложенное выше явля-

пытаться сохранять, но не любой ценой.

Вадим ЛЕВИН.

ИЗБАВЛЯЙТЕСЬ ОТ ХЛАМА!

Болгарский профессор Тони ЛОЛОВ, известный в стране психолог, очень много рассказал интересного о страсти болгар к накопительству, которое часто усложняет жизнь каждому человеку и даже влияет на его здоровье. К его рассуждениям на этот счет хорошо бы прислушаться и нам.

- Многие глубоко заблуждаются, - говорит профессор Лолов, - когда думают, что жизнь у них станет лучше, спокойнее и комфортнее после того, как они получат в свое распоряжение очередную желанную вещь. Часто, не достигнув желаемого результата, человек переживает, волнуется, треплет себе и другим нервы. Каждый из нас может и должен установить верхнюю планку для своих желаний и развить в себе способность радоваться тому, чем его уже наградила жизнь. Он должен отказаться от идеи, что "чем больше - тем лучше". Вот пример. По статистике, жители США составляют всего лишь 6 процентов населения планеты. Зато потребляют эти маленькие "проценты" половину запасов естественных ресурсов земли. Если верить тезису "чем больше - тем лучше", то американцы - самая счастливая нация. Однако это самый неудовлетворенный в своих желаниях народ! Проверено и доказано психологами многих стран мира. Но я совсем не хочу сказать, что иметь много - это плохо или неправильно. Проблема в том, что желание иметь больше ненасытно.

Чтобы преодолеть эту пагубную и вредную привычку, необходимо убедить себя в том, что нельзя связывать свое счастье с желанием иметь все.

Это означает примерно следующее: вы подводите черту в составленном списке своих желаний, потребностей, предпочтений. Особенно хорошо бы подумать об этом нашим женщинам. Ведь они гораздо чаще, чем мужчины, говорят себе: "Я буду счастлива, если завладею еще и этой вещицей!" Если вы не остановитесь, ваш список желаний будет бесконечно расти.

Верхняя планка - это, конечно, нечто условное, незримое, но постоянно присутствующее в нашем сознании. Проявите мудрость и скажите себе: "Мне достаточно того, что у меня уже есть!"

Если вы поэкспериментируете в этом направлении, найдете путь к душевному покою. Жизнь у вас станет много проще. И управлять ею будет намного легче. Вы станете меньше думать о том, чего вам хочется, будете в меньшей степени ориентированы на потребление. И удовлетворить ваши желания мужу, родителям, детям будет намного проще. К тому же вы избавитесь от плохой привычки переживать по пустякам, потому что перестанете грустить по поводу того, что ваши приобретения не такие, как хотели. И тогда заметите, что изменился ваш подход к окружающему миру.

Однако у всех периодически возникают потребности купить новую вещь. А где ее положить? Правильно, многие уплотняют стопки со старыми вещами, забивают ими все углы, чердаки, гаражи. Мы оставляем вещи из страха, что они еще понадобятся, ностальгируя по прошлому, из-за собственной жадности.

А решить проблему очень просто: покупая новую вещь, избавляйтесь от старой. Эта тактика дает отличные результаты. Вы контролируете собственное имущество. Освобождаются места в доме, на полках, в шкафах. Вы даже начинаете экономить! Ведь приходится думать, приобретая новую вещь: а чем стала плоха старая?

А ненужные вещи не обязательно выбрасывать. Если они хорошо сохранились, их можно подарить тем, кто в них нуждается. Вы поступите благородно по отношению к своим близким, родственникам или просто незнакомым людям. Доброта исцеляет душу!

Конечно, речь не идет о покупке тех вещей, которых вам не хватает. Но в принципе у многих из нас есть все, что необходимо. И тут совет психологов приходится как нельзя кстати: нужные вещи в доме всегда будут под рукой, вас будут окружать чистота, порядок и уют. По себе знаю, что стоит только освободиться от хлама, на нас сразу снисходит спокойствие, поднимается настроение. Избавление от мусора - простейший путь к тому, чтобы облегчить себе жизнь, сделать ее более организованной и контролируемой.

Запомните золотое правило: если вы не надевали вещь в течение двух лет, избавьтесь от нее сегодня же!

Александр КУРБАТОВ.

В прошлом выпуске "Живого уголка" мы подробно рассказали, как правильно кормить собаку натуральной пищей. Сегодня речь пойдет о сухих кормах.

ЭТИ ХРУСТЯЩИЕ ШАРИКИ

Сейчас имеется большой выбор готовых кормов разных фирм - "Chappi", "Pedigree Pal", "Royal Canin", "Eukanuba", "Purina", "Nutra", "Hill's", "Eagle Pack" и многие другие. Эти корма подразделяются на различные группы по энергетической ценности, содержанию витаминов и минеральных веществ и учитывают потребности собаки с момента появления на свет до конца жизни: от молока для отлученных от матери щенков до сбалансированного питания для стареющих собак. Есть корма отдельно для маленьких щенков, щенков-подростков и взрослых собак. Создана целая гамма продуктов для животных, имеющих высокие физические и эмоциональные нагрузки (охота, бега, различные соревнования), активно используемых для племенного разведения. Кро[illegible] необходимого набора витаминов и [illegible]ральных добавок эти виды кормов [illegible]ются высоким содержанием про[illegible] более 30 процентов - и высо[illegible]

зировку. Помните, что важно не перекармливать собаку, особенно в первые дни дачи нового корма. Передозировка может пагубно отразиться на здоровье собаки. При употреблении в пищу готовых сухих кормов всегда следите за тем, чтобы у собаки стояла свежая питьевая вода. Пес должен пить вволю!

Кроме сухих полнорационных кормов в продаже имеются собачьи консервы и собачьи колбаски. Собаки с удовольствием едят их, но эти деликатесы по цене доступны не каждому владельцу. Хорошо, если вы имеете возможность разнообразить ими рацион вашей собаки.

Решая, чем и как кормить пса, в первую очередь исходите из своих возможностей. Ведь, заведя собаку, вы должны в течение всей ее жизни полноценно и в необходимых количествах кормить ее. Существуют разнообразные схемы

шений ферментного баланса желудка или бактериальной микрофлоры. Лучше всего сразу определиться со схемой кормления и придерживаться ее.

Очень условно схемы кормления можно разделить на три группы.

1. Традиционная, при которой собаке специально готовится корм на основе мяса (рыбы), крупы и овощей. Очень похвально, если собаке перепадает сырое мясо или рыба, творог, сыр и так далее. Это самый трудоемкий для хозяина вариант и не всегда самый дешевый (при условии, что собака кормится полноценно, а не пустой перловкой).

2. Вариант кормления сухими кормами. Этот тип кормления хорош со всех сторон, так как не надо заботиться о соотношении белков, жиров и углеводов, искать витамины и пр. В этом случае лучше кормить качественным кормом класса "Супер Премиум", таким, напри-

У нас собака никак не хочет выполнять команду "апорт!" Или бросит апорт по дороге, пока к нам бежит, или начинает бегать, чтобы мы отнимали. А иногда просто не выпускает из пасти. Как ее приучить выполнять эту команду правильно?

Александр ФИРСОВ.
г. Сергиев Посад
Московской области.

ОТДАЙ, ПОЖАЛУЙСТА

То, что вы описали, - очень характерный тип поведения молодых собак. Они воспринимают апортировку не как выполнение команды, а как игру. Исправить эту ошибку, конечно, можно.

Прежде всего добейтесь, чтобы пес отдавал вам брошенный предмет (мяч, палочку). Для этого, как только возьметесь рукой за предмет, скомандуйте "дай!" и покажите ему в другой руке лакомство. Естественно, апорт тут же будет отдан - как же есть вкусный сухарик, если рот занят? Иногда этого бывает достаточно: после нескольких повторов собака сама будет бросать апорт у ваших ног и ждать поощрения.

Чтобы пес не бросал апорт по пути к вам и не убегал, старайтесь кидать его сперва недалеко, на 3-5 метров. И когда он его схватит и повернет к вам, не протягивайте руку, а, командуя "апорт, ко мне!", сделайте несколько шагов назад. Убегать от вас он точно не будет. Наоборот, с палочкой во рту бросится догонять хозяина. Ваша задача - сделав резкий шаг вперед, взяться за палочку и скомандовать "апорт дай!", подав ему лакомство.

необходимого набора витаминов и минеральных добавок эти виды кормов отличаются высоким содержанием протеина - более 30 процентов - и высокими вкусовыми качествами, что весьма немаловажно. Необходимое количество корма, как правило, указано на упаковке.

При выращивании щенков на сухом корме их внешний вид говорит сам за себя. Они очень энергичны и здоровы, шерсть блестящая, тонус превосходный, рахита почти не бывает. Сбалансированный корм поможет обеспечить гармоничный рост и развитие скелета, зубов, мускулатуры.

При употреблении сухих готовых кормов вам необходимо строго соблюдать рекомендации фирмы-изготовителя, чтобы не вызвать нарушения пищеварения собаки. Особенно внимательным нужно быть первые 5-7 дней. К готовым кормам класса "Супер Премиум" не нужно добавлять никаких других продуктов: они уже содержат все необходимое для полноценного кормления вашей собаки. Обратите внимание на до-

Решая, чем и как кормить пса, в первую очередь исходите из своих возможностей. Ведь, заведя собаку, вы должны в течение всей ее жизни полноценно и в необходимых количествах кормить ее. Существуют разнообразные схемы кормления, но в последнее время подавляющее число собаководов больших городов, и в первую очередь Москвы, предпочитают сухие полнорационные корма, подбирают их исходя из своей обеспеченности и потребностей собаки. Разговоры о том, что сухие корма - яд, в корне своем неверны. Неприятности возникают лишь от неправильного подбора корма, резкого перехода от одного вида корма к другому или же постоянных перемен в схеме кормления (то преимущественно каша, то исключительно сухой корм, то только мясо и т.п.). В результате таких манипуляций собаке приходится постоянно перестраивать желудок: от очень объемного и пустого корма к небольшому количеству концентрированного сухого корма или к только белковому корму. Это приводит к поносам, "волчьей" жадности и похудению собаки вследствие нару-

2. Вариант кормления сухими кормами. Этот тип кормления хорош со всех сторон, так как не надо заботиться о соотношении белков, жиров и углеводов, искать витамины и пр. В этом случае лучше кормить качественным кормом класса "Супер Премиум", таким, например, как "Hill's", "Eagle Pack".

3. И последний вариант, которого придерживаются во всех знаменитых питомниках. Это использование обязательно сухого корма (нередко "эконом-класса") плюс мясной обрези, ливера, куриного фарша, творога и так далее. В этом случае собаки получают все необходимое и одновременно поддерживают отличное состояние зубной системы и десен, чего недостает в случае кормления одним сухим кормом среднего качества. Для большей привлекательности сухого корма применяются консервы, в небольшом количестве добавляемые к нему.

О нормах и правилах кормления, начиная со щенячьего возраста, мы подробно расскажем в следующей статье.

Екатерина СЕНАШЕНКО, эксперт Российской кинологической федерации.

лайте несколько шагов назад. Убегать от вас он точно не будет. Наоборот, с палочкой во рту бросится догонять хозяина. Ваша задача - сделав резкий шаг вперед, взяться за палочку и скомандовать "апорт, дай!", подав ему лакомство.

Варьируя эти методики, при известном терпении нетрудно добиться, чтобы ваш питомец отдавал апорт в руки или ронял к ногам.

Наталья ШАХОВСКАЯ, кинолог.

КОШКЕ ЛЮБОПЫТНО

У нас маленький ребенок, а кошка все время лезет к малышу. Мы ее гоняем и очень боимся за ребенка. Как ее отучить от этого?

Алла ВОЛКОВА. Ставрополь.

"Гонять" кошку не надо. Психология ее такова, что всю мебель в квартире, все "пути-дороги" со шкафа на диван она рассматривает с "охотничьей" точки зрения. И ей надо просто включить кровать малыша в свою "топографию". Пустите ее в кроватку - лучше, когда малыш спит. Не волнуйтесь - кошка очень аккуратна и не разбудит его. Зато она познакомится с новым "предметом" в квартире, оценит его, запомнит, как в случае чего влезать или вылезать, и успокоится. К тому же кошки чрезвычайно любопытны, и чем больше вы гоняете ее, тем ей интереснее становится.

Светлана ДЕНИСОВА, ветеринар.

РЕЗВАЯ КОШЕЧКА

Наша кошка иногда начинает носиться по комнате, драть мебель, прыгать на занавески. Отчего это с ней происходит? Вообще она очень послушная.

Ирина ЗОЛОТОВА. Кострома.

Скорее всего, совершая "противоправные" действия, кошка хочет привлечь ваше внимание. Ведь кошкам необходим тренинг - бег, прыжки, игры. А вы наверняка с ней не играете. Вот она и скачет, "выпускает пар". Почаще играйте с ней хоть бумажным бантиком на веревочке, уделяйте побольше внимания - и ни мебель, ни занавески она рвать наверняка не будет.

Светлана ДЕНИСОВА, ветеринар.

Наш хомячок очень любит бегать в колесе. Но он вырос, и колесо натирает ему бока. Как лечить потертости?

Виктор КУКИН. Москва.

КОЛЕСО ПО РАЗМЕРУ

Прежде всего купите хомячку колесо побольше, чтобы он нормально бегал в нем. Тогда потертости на боках пройдут сами. Если же ранки не проходят и мокнут, можете присыпать их стрептоцидом. Сухие корочки лучше смазывать подсолнечным маслом.

Виктор ХОМЯКОВ, биолог.

ЗАЧЕМ ЕМУ СТОЛЬКО?

У нас живет ящерица. Недавно она отбросила хвостик (когда мы ее пересаживали), а теперь у нее появились два отростка. Неужели это мутация? Отчего? Террариум у нас стоит на том же столе, что и компьютер.

Дина ИВАНОВА. Москва.

Мутация тут ни при чем. Вам повезло: вы стали свидетелем уникального явления. Действительно, вместо отброшенного хвоста у ящерицы за месяц-другой отрастает новый. А изредка вырастает двойной хвостик. Ученым этот редчайший феномен давно известен, так что не пугайтесь: ящер ваш вполне здоров, и вы можете им гордиться.

Но от компьютера террариум лучше убрать. Постоянное электромагнитное излучение животному может навредить.

Ольга ЛАРИОНОВА, натуралист.

ТЕТУШКА ПЕТУНИЯ

Петуния очаровывает своим обильным и продолжительным цветением. Приспособленность к различным условиям внешней среды и богатство колеров делают это растение незаменимым для садов и приусадебных участков. Петуния может расти и в тропиках, и на севере, практически на любых почвах, и на ярком солнце, и при небольшом затенении.

Вы можете высадить петунию как на клумбу или рабатку, так и на балкон или лоджию в подвесной ящик. Махровые сорта лучше сажать в защищенных от ветра и сильного дождя местах, так как их цветки довольно уязвимы. Современные гибриды способны расти в сосудах, различных кашпо и подвесных корзинах. Для этих целей очень хороши гибриды ампельных петуний, образующие каскады цветов. Один из таких гибридов - сурфиния. К сожалению, ее нельзя размножить семенами, так как она имеет гибридное происхождение. Но если есть соответствующие условия, то вы можете в конце сентября обрезать побеги до высоты 15-20 см и поставить горшки с растениями в светлое прохладное помещение с температурой около 10-12 градусов на зимовку. При умеренном поливе сурфиния благополучно доживет до весны. Когда минует опасность поздних заморозков, можете высадить ее в открытый грунт.

Вырастить рассаду петунии в теплице или на подоконнике не представляет большого труда. Особенно если вы будете ее досвечивать. Семена у петунии мелкие. Купите их побольше, с запасом. Оптимальное время посева - вторая половина марта. Землю возьмите легкую, рыхлую и одновременно питательную. Чтобы исключить переувлажнение, добавьте в землю немного песка. Просейте верхний слой толщиной около 1 см, чтобы семена равномерно легли на почву. Предварительно смешав семена с песком, высейте на поверхность заранее пролитой почвы и накройте стеклом. При температуре 20-23 градуса через 5-7 дней появятся маленькие всходы. Их нужно ежедневно опрыскивать: утром и вечером. После появления первого настоящего листа стекло можно снять, а после смыкания сеянцев - распикировать. Чрезмерная влажность почвы может вызвать болезнь под названием "черная ножка". Если всходы начали погибать, то нужно уменьшить полив, присыпать песком и как можно быстрее распикировать.

В цветник можете высадить рассаду в конце мая - начале июня. С интервалом 20-25 см. Без подкормок вам не обойтись: они гарантируют долгое и продолжительное цветение, поэтому подкармливайте высаженные растения регулярно. Начните через 2 недели после высадки рассады. Затем кормите с интервалом 7-10 дней до конца августа.

Анна ЯНИНА,
фитодизайнер.

ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3

220 В, 1,5 кВт - 9200 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - 4900 р.

М. Ленинский просп., 5 Донской пр-д, 21б, проходная ЭНИМС

Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

ТОВАРЫ ПОЧТОЙ

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1170 р.**
Эл. сепаратор (220 В, 55 л/час, гарантия 12 мес.) **1451 р.**
Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1679 р.**
Эл. мясорубка (вес 4 кг, гарантия 1 год, в комплекте - соковыжималка) **1451 р.**
Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **945 р.**
Озонатор (12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1480 р.**
Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1523 р.**
Цена включает все затраты и действительна **до 27.03.2003 г.**

ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, телефон 8-383-2-74-04-42.

НАРОД ИНТЕРЕСУЕТСЯ...

Как избавиться от дождевых червей, которые поселились в цветочных горшках?

Алла ЕГОРОВА.
г. Черный Яр Астраханской области.

Такая проблема возникает, если землю для комнатных цветов берут из сада. Чтобы вывести дождевых червей, достаточно 1-2 раза полить растение бледно-розовым раствором перманганата калия (марганцовки). Кстати, при этом погибнут и многие другие непрошенные гости дикой природы.

Как размножить барбарис делением куста, чтобы не повредить его и при этом не выкапывать совсем?

Лидия ДАНИЛОВА.
г. Жигулевск Самарской области.

Подобный способ применяют в том случае, если куст имеет большие размеры. Прежде всего вокруг растения прокапывают небольшую канавку для того, чтобы обрезать боковые корни. Затем лопатой или ножом отделяют желаемую часть куста. Образовавшуюся ямку засыпают плодородной почвой.

Плоскорезы Фокина от Фокина! Вместо лопаты - сотка в час, прополка стоя - 5 минут - грядка! **Комплект с 2 черенками и брошюрой = 270 руб.**

С доставкой. Предоплата. 601384, Владимирская обл., Судогодский р-н пос. Муромцево, ул. Шкурина, 3 Фокина Е.Н. Тел. (09235) 4-13-63

ЦВЕТОК, КОТОРОГО НЕ СУЩЕСТВУЕТ

имеет гибридное проис-
хождение. Но если есть соответствующие условия, то вы можете в конце сентября обрезать побеги до высоты 15-20 см и поставить горшки с растениями в светлое прохлад-

варительно смешав семена с песком, высейте на поверхность заранее пролитой почвы и накройте стеклом. При температуре 20-23 градуса через 5-7 дней появятся маленькие всходы. Их нужно ежедневно

после высадки рассады. Затем кормите с интервалом 7-10 дней до конца августа.

Анна ЯНИНА, фитодизайнер.

жом отделяют желаемую часть куста. Образовавшуюся ямку засыпают плодородной почвой.

5 минут - Грядка! **Комплект с 2 черенка и брошюрой = 270 руб.**

С доставкой. Предоплата. 601384, Владимирская обл., Судогодский р-н пос. Муромцево, ул. Шкурина, 8. Фокина Е.Н. Тел. (09235) 4-13-63.

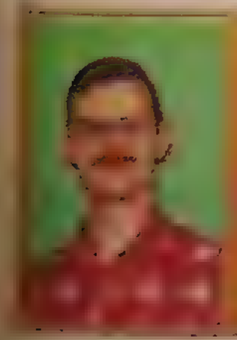
Какой размер саженцев многолетних цветов считается оптимальным для оформления альпийской горки?

Мария РЕЗНИКОВА. Астрахань.

ГОРКА ЦВЕТОВ

Многие садоводы выращивают многолетние травянистые растения из небольших саженцев. И это правильно. Во-первых, так можно наблюдать различные стадии развития цветка, да и с биологической точки зрения подобный способ предпочтительнее. Потому что при делении корневищ происходит интенсивное нарастание молодых побегов и корней, то есть своеобразное омоложение растительного организма.

В случае с альпийской горкой или другими декоративными посадками, как правило, поступают несколько иначе. Если засадить их небольшими кустиками, то через несколько лет они конечно же разрастутся, но до того момента посадки будут выглядеть не очень декоративно. Поэтому в данном случае рекомендуется использовать саженцы среднего размера. Уже через год они в полной мере украсят ваш альпинарий или клумбу. Слишком крупные экземпляры использовать нежелательно. Они будут плохо цвести, да и признаки старения проявятся очень скоро.



Раздел ведет обозреватель "Друга дома" - агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ

ЦВЕТОК, КОТОРОГО НЕ СУЩЕСТВУЕТ

Прочитала в справочнике по декоративным растениям, что цветы комнатных гортензий бывают только розовой или белой окраски. Но недавно в магазине увидела голубую гортензию. Может быть, ее окрашивают, так же как некоторые срезанные цветы?

Нина СУХАРЕВА. Астрахань.

Действительно, лепестки гортензий, кстати, как комнатных, так и садовых, могут быть окрашены либо в розовый цвет, либо в белый. Однако красящий пигмент лепестков в зависимости от кислотности среды может изменять интенсивность окраски или даже цвет. Если почва кислая, то цветы гортензии из розовых превратятся в голубые. Но стоит пересадить растение в обычную садовую землю, как вновь вернутся все видовые признаки. У белоцветковых сортов изменения окраски не происходит, потому что в таких лепестках красящие пигменты просто отсутствуют.

Изменить кислотность почвы можно при помощи сульфата аммония или алюмокалиевых квасцов. Эти вещества разводят в воде из расчета 25 граммов на 10 литров. Полив таким раствором проводят в период бутонизации. Если возможности приобрести нужные реактивы нет, то добавьте в почвенную смесь большое количество торфа (две трети объема).

Какую бы гортензию вы ни выращивали, обильное цветение будет зависеть не от кислотности почвы, а от общего ухода. Самое главное при содержании растения - соблюдать режим полива. Летом почва не должна пересыхать ни на один день. Впрочем, зимой увлажнять растение нужно более редко. В холодный период часть листьев может опасть. Это нормальное явление. Весной из почек начнут развиваться молодые побеги. Чтобы при этом кустики оставались пышными и компактными, длинные ветки следует укоротить.

В домашних условиях обычно выращивают один вид гортензии - гортензию садовую. В южных районах России этот вид неплохо себя чувствует и в открытом грунте. В более северных областях гортензия тоже может перезимовать под снегом, но для этого осенью растение нужно очень хорошо укрыть.

БОЛЬШИЕ МУЖЧИНЫ - БОЛЬШИЕ ПРОБЛЕМЫ

Говорят, что 90 процентов мужчин любят полных женщин, а остальные 10 процентов - очень полных. Но вот большие мужчины с избыточным весом пользуются гораздо меньшим вниманием у женщин, чем более стройные собратья. Между тем избыточный вес ныне встречается у многих мужчин. Причина, конечно, в неправильном и неумеренном питании, а не в гормональных нарушениях, как у женщин, но от этого не легче.

И американские, и немецкие, и уж тем более французские женщины считают более пылкими любовниками мужчин стройных и изящных, а тяжеловесы почти не пользуются их вниманием. Во всяком случае, в начале знакомства.

Таким образом, полные мужчины обделены как природой, так и противоположным полом. Страдая от недостатка внимания со стороны женщин, толстяки уходят в себя, замыкаются или, наоборот, становятся чрезмерно активными, ведь, чтобы на равных соперничать с другими мужчинами, им нужно быть более привлекательными для женщин. Тем еще надо разглядеть в толстяке интересного, милого, надежного и веселого человека, чтобы перестать обращать внимание на его фигуру. Почти каждый толстяк, так или иначе, ощущает свою сексуальную непривлекательность, а отсюда рукой подать до комплекса неполноценности.

С подобными проблемами часто сталкиваются психотерапевты, которым стоит большого труда убедить своего клиента, что его внешность не является непреодолимым препятствием для знакомства

щиты, у них толстячок ассоциируется с домашним уютом, мягким взаимопониманием.

Но если с психологической стороны проблема может быть решена путем общения со специалистом, то физиология не так легко поддается коррекции. Нарушения потенции у полных мужчин могут протекать по разным механизмам.

Во-первых, ожирение любого происхождения затрагивает гормональный обмен, нарушения которого могут быть выражены по-разному, но всегда снижают выработку тестостерона - мужского полового гормона. Недостаток тестостерона, часть которого связывается жировыми клетками, приводит к снижению полового влечения, нарушениям состояния простаты (по мнению древних врачей, второго сердца мужчины), ухудшению эрекции.

С другой стороны, ожирение сопровождается образованием атеросклероза, причем сосуды таза (и соответственно

бильный и правильный кровоток в органах малого таза - нарушается, причем чем дальше, тем больше.

Что же делать? Для начала - не паниковать, но и не успокаивать себя до такой степени, чтобы ничего не делать. Под лежачий камень вода не течет, но не надо и вгонять себя в

здоровья. Этот процесс сложный, требует консультаций специалиста-эндокринолога, к которому, кстати, отправляться нужно именно сейчас, а не через полгода... или еще чуть-чуть попозже... - как нередко успокаивают себя полные мужчины. Ведь визит к врачу означает признание своих проблем,

А вот похудеть, то есть просто скинуть лишние килограммы, можно попытаться самостоятельно. Хотя на этом тернистом пути многие встречают неожиданные препятствия. Например, не хватает терпения худеть постепенно и планомерно. Хочется сразу и навсегда - как в рекламе. Но на деле такое невозможно. С другой стороны, резкое похудение очень часто отражается на потенции (точно так же, как женщина, скинувшая за неделю 10-15 килограммов, может лишиться менструации на полгода-год).

Поэтому более правильный путь заключается в том, чтобы вначале на основе жировой ткани построить мускулатуру. Это достигается постоянными тренировками в сочетании с рациональным питанием. Потеря веса при этом составляет 1-2 килограмма в неделю, что считается оптимальным. Если же ограничение поступления пищи слишком жесткое, то снижается приток холетерола, из которого в организме строится тестостерон - мужской половой гормон. Его снижение, естественно, отражается на потенции. Поэтому порой бывает так, что толстяк, достаточно активный в сексе, начинает худеть, надеясь на улучшение не только общего здоровья, но и интимных возможностей. А получает снижение сексуальных показателей, снижение настроения, желудочно-кишечные заболевания. Так что перебарщивать не стоит.

Самый простой совет - он же и самый банальный - придерживайтесь сбалансированного рациона. Это важно и для всего процесса вообще, и для сохранения либидо. Половое влечение с точки зрения биологии зависит от пол-

С подобными проблемами часто сталкиваются психотерапевты, которым стоит большого труда убедить своего клиента, что его внешность не является непреодолимым препятствием для знакомства с прекрасным полом. Мужчины настроены судить о своей привлекательности с собственной, именно мужской, точки зрения. А эта точка может быть очень жесткой: или я чемпион по бодибилдингу, или никто. Между тем множество женщин видят в полном мужчине символ опоры и за-

...рушениям состояния простаты (по мнению древних врачей, второго сердца мужчины), ухудшению эрекции.

С другой стороны, ожирение сопровождается образованием атеросклероза, причем сосуды таза (и соответственно половых органов) поражаются одними из первых. Атеросклеротические жировые бляшки перекрывают просвет артерий, которые и так невелики. Это резко снижает приток крови к пенису, даже если возбуждение мужчины высоко. Так что основа мужской силы - ста-

...бильный и правильный кровоток в органах малого таза - нарушается, причем чем дальше, тем больше.

Что же делать? Для начала - не паниковать, но и не успокаивать себя до такой степени, чтобы ничего не делать. Под лежачий камень вода не течет, но не надо и вгонять себя в состояние постоянного стресса: ах, я такой толстый и ужасный, что мне уже ничего не поможет...

Но вмешиваться в эндокринный обмен, принимать какие-то гормоны самостоятельно - верный путь к ухудшению

здоровья. Этот процесс сложный, требует консультаций специалиста-эндокринолога, к которому, кстати, отправляться нужно именно сейчас, а не через полгода... или еще чуть-чуть попозже... - как нередко успокаивают себя полные мужчины. Ведь визит к врачу означает признание своих проблем, а так хочется, чтобы еще немножко собственный вес казался "просто чуть-чуть завышенным". Между тем любое дело начинается с признания того, что проблема существует, что ее можно и нужно решать.

...желудочно-кишечные заболевания. Так что перебарщивать не стоит.

Самый главный совет - он же и самый банальный - придерживайтесь сбалансированного рациона. Это важно и для всего процесса вообще, и для сохранения либидо. Половое влечение с точки зрения биологии зависит от полноценного обмена трех веществ: допамина, норэпинефрина и серотонина. Между ними идет постоянное соревнование: то ли стимулировать желание, то ли его успокаивать в зависимости от ситуации. Для образования этих веществ необходимы белки, а серотонин образуется из пищи, богатой углеводами.

Конечно, необходимо свести к минимуму потребление жиров, отказаться от еды на ночь - ведь в этом случае пища не идет на пользу, а погружает организм в расслабленное, спокойное состояние. Так что стоит дать организму хотя бы пару часов на переваривание, прежде чем идти в постель с любимой женщиной. После ужина полезно выпить стакан сока - он улучшит переваривание и даст энергию для любви.

Из необходимых для секса веществ не забывайте (на фоне похудения или без него): цинк - нужен для образования тестостерона (содержится в чесноке), бета-каротин - необходим для синтеза половых гормонов (много в моркови), витамин B_3 - усиливает переживание оргазма (в авокадо), бромелайн - растворяет атеросклеротические бляшки в кровеносных сосудах (бананы, киви, манго).

Счастливого похудения, большие мужчины!

Юрий ПРОКОПЕНКО,
врач-сексопатолог,
кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома".

ОЧИСТИТЬ И ПОКРАСИТЬ

У меня на даче старенький мотоцикл "Восход". Я решил его к лету перекрасить - бензобак, боковые накладочки, крылья. Как и какой краской это лучше делать?

Андрей РУЖИН.
Москва.

Прежде всего снимите с мотоцикла те детали, которые хотите красить. Понадобятся вам смывка для нитрокраски, грунтовка и краска требуемого колера. Только проследите, чтобы на этикетке была надпись "Для воздушной сушки". Сперва нанесите смывку на окрашенные детали и, выждав указанное на этикетке время, удалите старое покрытие шпателем, а лучше электродрелью с зажатой в патрон специальной металлической щеткой. Если на поверхности предназначенных к окраске деталей есть каверны, вмятины, то зашпаклюйте их эпоксидной смолой. После того как клей высохнет, зачистите эти места и отполируйте очищенные от старой краски детали наждачной шкуркой.

Следующий этап - обезжиривание. От того, насколько хорошо вы обезжирите деталь, зависит дальнейшая адгезия ("прилипание") лакокрасочного покрытия. Для обезжиривания применяют ацетон. После этого подвесьте деталь за какое-нибудь отверстие на проволочный крючок и начинайте красить, покрыв предварительно деталь слоем грунтовки. Можно применять грунт и краску в аэрозольной упаковке или, если есть такая возможность, компрессор с распылителем-"пистолетом". Если найдется пульверизатор от одеколона, сделайте из него и ручного автомобильного насоса простейший аэрограф **(рисунок 1)**.

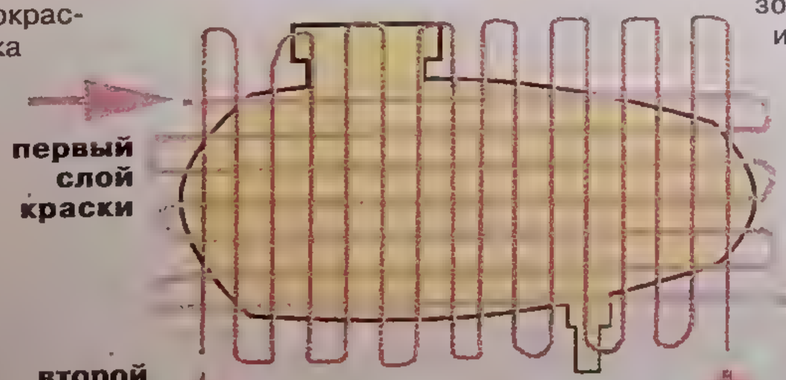


Рисунок 2

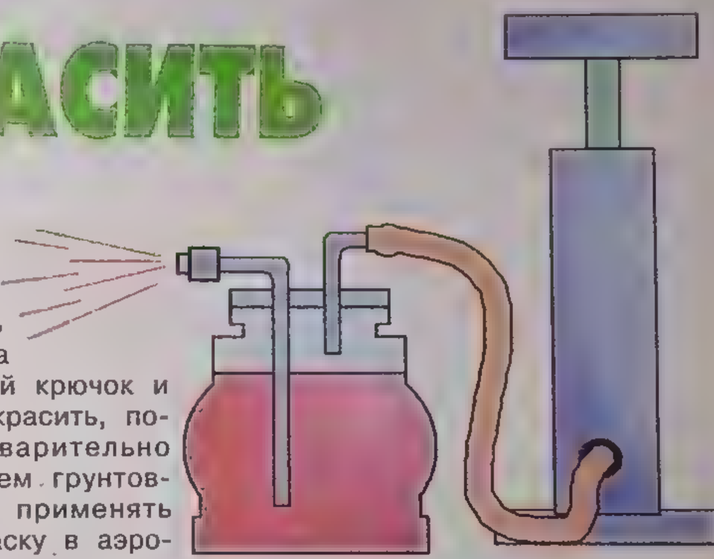


Рисунок 1

Краску на деталь надо наносить в два-три слоя, каждый последующий после высыхания предыдущего - крест-накрест **(рисунок 2)**. Если на деталях есть что-то, что вы хотели бы оставить неокрашенным, например хромированные рельефные надписи, заизолируйте их. Лучше всего для этой цели применять специальные составы "колор-стоп", которые после нанесения на поверхность изделия образуют тонкую латексную пленку, не реагирующую с нитрокраской. После окраски вместе со слоем краски пленка удаляется.

Алексей КАМИЛОВ.

Кто-то любит шпроты, а кто-то бычки в томате. Но оказывается, все эти традиционные для нас консервы можно приготовить самим. Во всяком случае так утверждают наши читатели, отвечая на вопрос Марии СОСЕДКОВОЙ из г. Нижний Тагил Свердловской области.

ХРАНИСЬ, РЫБКА, В БАНКЕ

Вот что советует **Алла КРИЦКАЯ** из Краснодара.

Для приготовления рыбных консервов можно брать и свежую, и мороженую рыбу. Но для того чтобы консервы удались, необходимо соблюдать следующие условия. Вначале рыбу необходимо обжарить в растительном масле или несколько часов потушить в духовке при средней температуре. Разложив рыбу в стерилизованные банки, залейте кипящим растительным маслом или томатным соусом, закатайте и простерилизуйте. После стерилизации крышки на банках должны быть слегка вздутыми. Когда банки остынут, крышки примут нормальное положение. Если во время стерилизации крышки не вздулись, значит, где-то осталось отверстие, через которое вышел пар. Такие консервы хранить не следует.

РЫБА В ТОМАТЕ

Рыбу выпотрошите, промойте, посолите из расчета столовая ложка соли на 1 кг рыбы и выдержите полчаса. Затем обваляйте рыбу в муке, обжарьте в растительном масле и сложите в стерилизованные банки.

2 кг помидоров проварите и протрите через сито. Добавьте 150 г растительного масла, 300 г измельченного и

(1 лавровый лист, 3-5 горошин черного перца). Залейте тем маслом, в котором жарились сардины. Закройте крышкой и, не закатывая, стерилизуйте 45 минут. Затем закатайте и стерилизуйте еще час. Через сутки повторите. И так три раза. Причем все это время банки из кастрюли не вынимайте, крышку не снимайте.

Второй способ

Выберите мелкие сардины, удалите чешую, промойте в холодной воде. Острым ножом разрежьте брюшко, удалите внутренности, отрежьте голову и плавники, прополощите в холодной воде и отожмите воду. Сложите рыбу в металлическое сито и в нем же опустите в кипящее растительное масло. Жарьте 1-2 минуты. Дайте остыть. В простерилизованные банки положите 1-2 ломтика лимона, 2 горошины черного перца, соль. Затем выложите рыбу, сверху залейте растительным маслом, в котором сардины жарились, банки закатайте и стерилизуйте в кипятке 50-60 минут.

МАРИНОВАННАЯ РЫБА

По этому рецепту можно приготовить скумбрию, кефаль, ерш) их также нужно обрезать. Крупную рыбу нарежьте ломтиками, мелкую оставьте тушками. Посолите по вкусу. Консервы готовьте в скороварке, закладывая по 1-1,5 кг рыбы.

На решетчатую подставку скороварки насыпьте мелко порезанный лук, 3-4 горошины черного перца, лавровый лист. На них уложите тушки и ломтики рыбы, а сверху посыпьте луком. Влейте 100 г подсолнечного масла, 800 г воды. Закройте скороварку и поставьте на сильный огонь. Как только из рабочего клапана начнет выходить пар, уменьшите до минимума пламя и засеките время. Через 1,5 часа консервы готовы. Все косточки становятся мягкими, как в консервах заводского изготовления.

Заранее простерилизуйте банки и металлические крышки. Горячие ломтики рыбы, лук, пряности, переложите в банки, залейте заливкой из скороварки, закатайте, переверните, укутайте. Храните в холодном месте.

Второй способ

Вам потребуется 1 кг рыбы, по 700 г моркови и репчатого лука, соль, перец горошком.

Речную рыбу вымойте, выпотрошите, очистите, отрежьте головы, плавники и хвосты. Нарежьте ломтиками, сложите в эмалированную емкость и, хорошо посолив, выдержите час. Затем выньте рыбу из образовавшегося рассола, перемешайте с натертой на крупной терке морковью и нарезанным кольцами луком, добавьте перец горошком.

На дно полулитровых банок влейте по 3 столовых ложки растительного масла и заполните банки рыбой. Но они не должны быть заполнены очень плотно, иначе при кипении жидкость будет выливаться. Банки прикройте старыми (без резинок) жестяными крышками, поставьте в холодную духовку, нагрейте до 200 градусов и тушите 4-5 часов. Затем закатайте, переверните, укутайте. Храните в холодном месте.

Третий способ

Рыбу выпотрошите и тщательно вымойте. Разрежьте на порционные куски, посолите по вкусу и выдержите в кастрюле 2-3 часа. Затем сложите рыбу в полулитровые банки (до плечиков), добавьте 2-3 горошины черного перца, 1-2 лавровых листа. Накройте металлическими крышками и поставьте в холодную духовку. Нагрейте до 150 градусов. Когда рыба закипит, температуру снизьте до 50-100 градусов и выдержите в духовке 1,5-2 часа. После этого, доставая по одной банке, доливайте их доверху кипятком, закатайте, переверните и поставьте обратно в духовку до полного остывания.

ШПРОТЫ

Приготовьте 1,2 кг кильки или сайки, 200 г подсолнечного масла, столовую ложку соли, стакан крепкой чайной заварки, сыпьте солью, залейте заварку и растительное масло, всыпьте перец. Тушите на медленном огне 2,5-3 часа. Затем снимите крышку и тушите еще 25-30 минут, чтобы испарилась лишняя жидкость. Разложите рыбу в стерилизованные полулитровые банки, стерилизуйте 10-15 минут и закатайте.

Поделилась своим способом приготовления рыбы и **Валентина РУЖНИКОВА** из г. Усолье-Сибирское Иркутской области.

ШПРОТЫ ИЗ МОЙВЫ

Возьмите 1 кг очищенной мойвы без голов, посолите и оставьте на 15-20 минут. Затем промойте и уложите рядами в кастрюлю, пересыпая перцем и добавляя лавровый лист.

25 г сухого чая заварите 1,5 стакана кипятка. Дайте настояться, процедите, влейте в рыбу. Сюда же добавьте 0,5 стакана подсолнечного масла и доведите до кипения. Потом поставьте кастрюлю без крышки в духовку на 40 минут. Затем огонь выключите, а кастрюлю оставьте в духовке еще на 20 минут.

А ТЕПЕРЬ НОВЫЕ ВОПРОСЫ, ПРИСЛАННЫЕ В КЛУБ ВЗАИМОПОМОЩИ НАШИМИ ЧИТАТЕЛЯМИ

Как быстро и качественно вычистить ковер от шерсти животных?

Татьяна ШЕМЕТОВА.
Челябинской области.

Как в домашних условиях покрасить изделия из искусственного и натурального [illegible]

...валяйте рыбу в муке, обжарьте в растительном масле и ...ложите в стерилизованные банки.

2 кг помидоров проварите и протрите через сито. Добавьте 150 г растительного масла, 300 г измельченного и обжаренного лука, по 4 гвоздички, лавровых листа, горошины перца, столовую ложку соли, 5 столовых ложек сахара и 3 столовые ложки 9-процентного уксуса. Доведите соус до кипения и залейте рыбу. Прикройте банки крышками, стерилизуйте час. Затем закатайте и стерилизуйте еще 6 часов.

КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ХЕК

Как и в предыдущем рецепте, посолите подготовленную рыбу и оставьте на 40 минут. В простерилизованную банку положите лавровый лист, 3 горошины перца, 3 гвоздички. Потом рядами уложите рыбу, пересыпая каждый ряд кольцами лука. Выдавите в банку сок половины лимона. Можно сбрызнуть уксусом. Прикройте крышкой и стерилизуйте 70 минут. Слейте половину жидкости, добавьте прокаленное растительное масло и снова прогревайте 30 минут. Закатайте и стерилизуйте 7 часов.

Таким же образом можно законсервировать ставриду и скумбрию, но стерилизовать их нужно 8 и 9 часов соответственно.

САРДИНЫ

Первый способ

Рыбу очистите, отрежьте голову, хвост, плавники, хорошо вымойте и дайте стечь воде. Посолите по вкусу и оставьте на 40 минут, выложите в металлическое сито, опустите его в растительное масло и обжарьте 2 минуты. Остудите, разложите в банки со специями рыбу, сверху залейте растительным маслом, в котором сардины жарились, банки закатайте и стерилизуйте в кипятке 50-60 минут.

МАРИНОВАННАЯ РЫБА

По этому рецепту можно приготовить скумбрию, кефаль, лососину, семгу.

Рыбу очистите от чешуи, слизи, внутренностей, отрежьте голову. Нарежьте кусочками, сложите в посуду, залейте маринадом, приготовленным из расчета на 1 л воды 1 л 9-процентного уксуса, 150 г соли. После того как рыба полежит в маринаде 1-2 дня, переложите ее в банку, залейте уксусно-соленым раствором, в котором она мариновалась. Банку герметично закупорьте и поставьте в холодное место.

КОНСЕРВИРОВАННЫЙ КАРП

Свежего карпа очистите от внутренностей, чешуи, плавников, удалите голову. Промойте проточной водой, нарежьте небольшими кусочками, посолите, добавьте специи - молотые семена укропа, кориандр, перец. На дно литровой банки положите дольку чеснока, влейте столовую ложку растительного масла. Плотно уложите кусочки рыбы, заполнив банку до плечиков. Сверху положите лук, порезанный колечками, накройте крышкой и стерилизуйте на медленном огне 10 часов до тех пор, пока косточки не станут мягкими. Затем банки закатайте и храните в холодном месте.

РЫБНЫЕ КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ

Первый способ

Для их приготовления подойдет любая речная рыба. Очистите ее, выпотрошите, отрежьте головы и хвосты. У рыбы с жесткими плавниками (окунь или ... 1,5 часа консервы готовы. Все косточки становятся мягкими, как в консервах заводского изготовления.

Заранее простерилизуйте банки и металлические крышки. Горячие ломтики рыбы, лук, пряности, переложите в банки, залейте заливкой из скороварки, накройте металлическими крышками и поставьте в кастрюлю с кипящей водой на 5-8 минут, после этого закатайте.

...доливайте их доверху кипятком, закатайте, переверните и поставьте обратно в духовку до полного остывания.

ШПРОТЫ

Приготовьте 1,2 кг кильки или сайки, 200 г подсолнечного масла, столовую ложку соли, стакан крепкой чайной заварки, перец горошком.

Рыбу вымойте, выпотрошите, у сайки удалите головы. Сложите в алюминиевую кастрюлю, по-

Как быстро и качественно вычистить ковер от шерсти животных?

Татьяна ШЕМЕТОВА.
г. Озерск Челябинской области.

Как в домашних условиях покрасить изделия из искусственного и натурального меха?

Валентина МИХАЙЛЕНКО.
Красноярск.

ЕСЛИ ПАПА КРАСИТ ОКНА

Этот способ придумал мой папа, когда красил окна. Для того чтобы не пачкать стекло, он сделал приспособление, которое мы называем "лист". Возьмите небольшой тонкий лист оцинковки и приделайте к нему деревянную ручку (как показано на рисунке). И когда вы красите рамы, просто наложите лист на стекло. Стекающая краска и лишние мазки попадут не на стекло, а на оцинковку.

Одной рукой красите, а другой удерживаете лист на стекле. Очень удобно.

Оля ЕЛЫШКИНА.
пос. Новочеремшанск Ульяновской области.

МЯСОРУБКА ТОЧИТ НОЖ

Хочется поделиться советом, как оригинальным способом заточить нож мясорубки. Укрепите мясорубку на столе, вставьте шнек, наденьте нож, а вместо решетки установите деревянный кружок (размеры которого соответствуют размерам решетки). На кружок предварительно наклейте наждачную бумагу, лучше на тканевой основе. Заверните внешнюю шайбу, но не очень плотно, и вращайте ручку. Сначала медленно, потом быстрее. 20-30 вращений и грубая заточка завершена. Для более качественной заточки повторите ту же операцию, применяя шкурку с более мелкими зернами.

Надежда НОРКИНА
г. Нижний Тагил Свердловской области

СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ

ДЛЯ ЖЕНЩИН

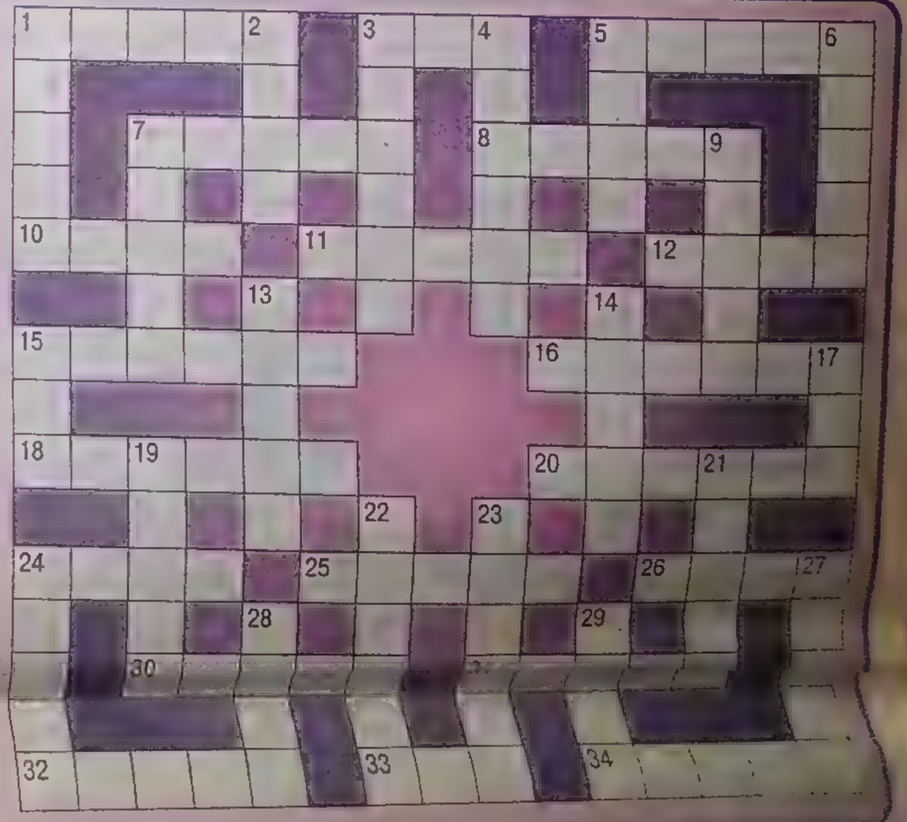
По горизонтали. **1.** Камни на шею. **3.** И елочный, и воздушный. **5.** То, что плохая певица никогда не потеряет. **7.** Американская кинозвезда по имени Шарон. **8.** Отпрыск черно-белой пары. **10.** Кондитерское изделие. **11.** Главное отличие шорт от "бананов". **12.** Между тенором и сопрано. **15.** Общение на двоих. **16.** Сеть трещинок на глазури. **18.** Орех или десертное вино. **20.** Булочка, в которой много воздуха. **24.** Нота, которую можно найти в супе. **25.** Передняя часть головы братьев наших меньших. **26.** Счастливая мысль. **30.** Пучок прилегающих друг к другу волос. **31.** "... - не те дни, что прошли, а те, что запомнились" (П.А. Павленко). **32.** Банковская весточка о платеже. **33.** Рифмованная безудержная хвала. **34.** Вклад кашалота в парфюмерную промышленность.

По вертикали. **1.** Лихой песенный герой, который "каким был, таким остался". **2.** "Прачка" из Уголка Дурова. **3.** Подходящая одежда для скатки. **4.** "Я встретил Вас", "Утро туманное", "Ямщик, не гони лошадей" (жанр). **5.** Состав для укладки волос. **6.** Череда событий в рассказе. **7.** Группа верующих по-своему. **9.** Детская присыпка. **13.** Демонстрация на подиуме. **14.** Приспособление для превращения курицы в жар-птицу. **15.** В нем лучше, чем в гостях. **17.** Первая теща в истории человечества. **19.** Старинная женская одежда. **21.** Напев альпийских горцев. **22.** По примете: его нельзя дарить никому, кроме суженых. **23.** И купальник, и трусы. **24.** Буква, означающая сумму. **27.** "Тайный агент" администрации детского сада. **28.** Сырье для бифштексов. **29.** "Намордник" для Савраски.

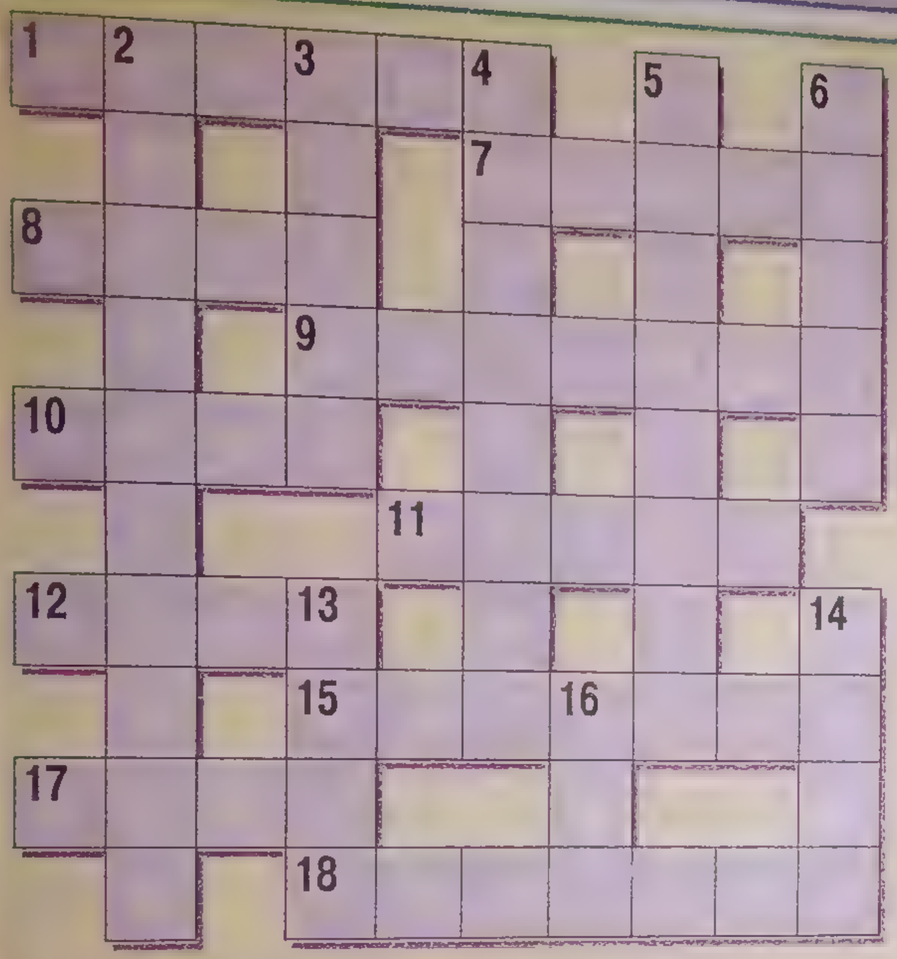
ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **1.** Группа авторитетов, объединенная общим делом. **3.** Место тренировок снайперов. **5.** Дырка для зимней рыбалки. **7.** Он в гору не идет, а едет. **8.** Канцелярский служака. **10.** Французский физик, ставший единицей измерения радиоактивности. **11.** Чувство, играющее в казино против своего хозяина. **12.** Брюки без перемычки. **15.** Кузнец, летавший на черте. **16.** Доходное занятие. **18.** "Материк" в море волос. **20.** В дореволюционной России: собрание революционно настроенных рабочих 1 мая. **24.** Талисман из этого камня дает силу предвидения. **25.** Способ обретения свободы путем увеличения срока. **26.** Объект "охоты" медвежатника. **30.** Звездная роль М. Волонтира в одноименном сериале. **31.** "Шкура" толстолобика. **32.** "Рубильник" для дров. **33.** Водоплавающий кулинар. **34.** Мелкая прибыль мелкого бизнесмена.

По вертикали. **1.** Заяц-контра. **2.** Рояль, "уплативший налоги". **3.** Организованное скитание по свету. **4.** Супердостижение спортсмена. **5.** Хронический обманщик. **6.** Пятачок, на котором выступают клоуны. **7.** Персонаж песни Булата Окуджавы, который сначала улетел, а потом вернулся голубым. **9.** Хряк-дичок. **13.** Северный рогонос. **14.** Член морской преступной группировки. **15.** Бык без главного мужского достоинства. **17.** Страна "ножек Буша". **19.** Что кобель, что жеребец. **21.** Его меряет хронометр. **22.** Книга, объясняющая ночные кошмары. **23.** Мастер костяных поделок. **24.** Погонщик лошадей из русского романса. **27.** В нем находится тот, кто находится под покровительством. **28.** "Приватизация" чужого авто. **29.** Знаменитый футбольный Лев.



дереволюционной России: собрание революционно настроенных рабочих 1 мая. **24.** Талисман из этого камня дает силу предвидения. **25.** Способ обретения свободы путем увеличения своих поделок. **24.** Погонщик лошадей из русского романса. **27.** В нем находится тот, кто находится под покровительством. **28.** "Приватизация" чужого авто. **29.** Знаменитый футбольный Лев.



ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Складной треножник для закрепления приборов. **7.** Дитя с нескончаемым заводом. **8.** "Серенада" в спальне. **9.** Недоеденный кусок. **10.** Надпись в кадре. **11.** Большой камень. **12.** Бодрая музыка для парада. **15.** Верный друг Винни-Пуха. **17.** Лошадка-малютка. **18.** В шахматах - недостаток времени у игроков для обдумывания ходов.

По вертикали. 2. Киногерой Арнольда Шварценеггера. **3.** Инструмент для колки дров. **4.** Машина-"стрекоза". **5.** Волшебный друг Вольки. **6.** Шлем пожарного. **13.** Комнатная собака с пушистой шерстью. **14.** Рождение усатых-полосатых. **16.** Кусок спектакля.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)915-44-51
КРАСНОДАР И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
(8612)35-05-02

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 10

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **3. Мопс. 7. Миледи. 8. Фетр. 9. Дюна. 10. Жалюзи. 13. Тост. 15. Дюма. 16. Забава. 17. Игра. 18. Ирис. 20. Людовик. 21. Юла. 22. Регина. 24. Дама. 27. Пюре. 28. Унисон. 29. Гамаюн. 30. Утка. 31. Тьма.**

По вертикали. **1. Зима. 2. Меню. 3. Миди. 4. Пеньюар. 5. Тело. 6. Брют. 10. "Жизель". 11. Лебедь. 12. Завивка. 13. Таис. 14. Стрела. 18. Икра. 19. Иоганн. 21. Юность. 23. Бюст. 24. Дега. 25. Мама. 26. Анна. 28. Уют.**

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **3. Кафе. 7. Дерево. 8. Соло. 9. Нона. 10. Насыпь. 13. Ожог. 15. Янус. 16. Садист. 17. Троя. 18. Пыль. 20. Синкопа. 21. Бор. 22. Роберт. 24. Этна. 27. Кейс. 28. Брянск. 29. Сандро. 30. Тире. 31. Гипс.**

По вертикали. **1. Бега. 2. "Весы". 3. Конь. 4. Финансы. 5. Морж. 6. Мозг. 10. Насест. 11. Седина. 12. Паспорт. 13. Ость. 14. Оборот. 18. Пара. 19. Либеро. 21. Бренди. 23. Кепи. 24. Эссе. 25. Нина. 26. Вкус. 28. Бра.**

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Обед. 5. Ухаб. 8. Улей. 9. Клип. 10. Торт. 11. Ливрея. 12. Веко. 15. Ударник. 16. Лошадь. 17. Устав. 20. Трамвай. 24. Умение. 25. Острота.

По вертикали. 2. Былое. 3. Дупло. 4. Медведь. 6. Хвоя. 7. Бита. 10. Тетрис. 12. Валет. 13. Кошка. 14. Лиса. 15. Удав. 17. Уйма. 18. Тент. 19. Вред. 21. Рис. 22. Мир. 23. Аут.

Рисунок Виктора ФЕДОРОВА.

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по развитию Валентин УПОЛОВНИКОВ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ирины БУРСКОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Николая КАРДАКОВА, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ, Анны ЯНИНОЙ и из книги "Мать и дитя".
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком Ⓚ, печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51.
Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 189400 экз. Заказ 11
Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 05.03.2003 г. в 19.00.
Подписано в печать 05.03.2003 г. в 17.00.

ДРУГ ДОМА

№20/276
2003
С
Май

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Выходит четыре раза в месяц

БУКЕТ ПО ГОРОСКОПУ

Каждому из нас время от времени приходится дарить букеты цветов. Как выбрать оптимальный подарок близкому и любимому человеку и каким принципам следовать при выборе цветов малознакомому? Оказывается, многое зависит от его знака Зодиака.

ОВНАМ надо дарить букеты царские. Все цветы должны быть свежие, крупные, как на подбор. Представьте себе, что вы отправляетесь на свадьбу к знакомому генералу. Вот такие цветы и покупайте - огромные белые или красные розы, очень крупные пионы, тюльпаны - "тяжелых" темно-красных тонов, в больших букетах. Огромные букеты гладиолусов и пышных тропических хризантем только приветствуются.

Девушки-**ТЕЛЬЦЫ** обычно обладают сильным характером, [illegible] в себе. Поэтому букет [illegible] объектным, стильным, но без лишних [illegible] и прочей мишуры. [illegible] любит крупные красивые цветы, например - розы,

СПАСИБО, БАБА ЛИДА!

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **500 рублей** каждому.

По итогам конкурсов в "Друге дома" № 19 кулинарный приз получают угощения бабы Лиды - **Лидии Яковлевны ОПАРИНОЙ** из г. Бор Нижегородской области. Приз получает также участница Клуба взаимопомощи **Светлана Михайловна МЕЛЛЕР** из Санкт-Петербурга, предложившая действенные способы чистки ковров.

Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

ЗАПОЛНИШЬ АНКЕТУ - ПОЛУЧИШЬ ПРИЗ!

Елена ЖУКОВА

Марина ХАРЮК

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные [illegible] заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**

приветствуются.

Девушки-**ТЕЛЬЦЫ** обычно [illegible] сильным характером, [illegible]жены в себе. Поэтому букет [illegible] быть эффектным, стильным, красивым, но без лишних золотых бантов и прочей мишуры. Телец любит крупные красивые цветы. Например - розы, желательно красных и розовых тонов. Гладиолусы розовые и красные, можно в сочетании с белыми. Кстати, в ее вкусе могут оказаться и большие белые хризантемы.

БЛИЗНЕЦЫ любят все совершенно не связанное между собой. Они и от белых орхидей не откажутся, и ветку сирени с интересом понюхают, и гиацинт белый полюбят с первого взгляда. Обломайте для Близнецов куст жасмина или черемухи -

они и тут будут рады! Нарвите на даче охапку нарциссов вперемешку с зеленой травой или просто мелких беленьких маргариток - и они будут вполне довольны.

У **РАКОВ** пристрастие к воде. Однако в отличие от своих собратьев по клану Воды они предпочитают букеты светлых, по возможности белых, цветов. Это крупные белые каллы, белые лилии и белые кувшинки. Весной - белые ландыши и белая сирень.

Огненным **ЛЬВОМ** управляет само Солнце, поэтому растения для этого знака - яркие, крупные, экзотические. Пурпурные розы, царственные георгины, гладиолусы темных бархатных тонов. Кстати, женщины этого знака предпочитают хорошо оформленные букеты, состоящие из композиций различных цветов.

Земные **ДЕВЫ** любят фиалки. Подарите Деве горшочек с цветущей фиалкой - и она растает. Любит астры, неплохо относится к ромашкам. Практичная Дева не расстроится, если букет завянет в течение нескольких дней, однако если цветок растет в горшочке и будет цвести еще не раз, то она обрадуется значительно больше.

ВЕСАМ не задумываясь можно дарить розы. Главное, чтобы букет был со вкусом подобран и не страдал асимметрией. Особенно будут одобрены розы необычных нежных расцветок - бело-розовые, светло-сиреневые, розовые. Удачно подобранный букет произведет на девушку из клана Весов гораздо большее впечатление, чем даже очень дорогой подарок.

Сексуальным **СКОРПИОНАМ** лучше всего подходят гвоздики, им принято также дарить махровые хризантемы, особенно темных тонов, темные пионы. Отлично подойдут и большие кроваво-красные розы, которые очень хорошо будут смотреться с мелкими вечнозелеными листьями.

Уверенным в себе женщинам-**СТРЕЛЬЦАМ** импонируют ярко-красные и розовые цветы. Впрочем, им можно дарить нарциссы и смешанные букеты тюльпанов и нарциссов. Но тюльпаны должны быть, опять же, кроваво-красными.

КОЗЕРОГИ предпочитают светлые тона. Белые и желтые, с белыми полосками тюльпаны, белые и белые с розовым гвоздики и хризантемы - вот чем можно очаровать девушку, родившуюся под знаком Козерога.

РЫБЫ и **ВОДОЛЕИ**, связанные с Водой, любят цветы, выросшие во влажном климате, а то и вообще во влажных тропиках. И тех и других прельщают пышные орхидеи, особенно белых, бело-розовых цветов. Впрочем, нарциссы и лилии тоже порадуют Рыб и Водолеев. Но особенно восхитят их белые лотосы. Правда, в отсутствие лотоса в средней полосе России для Рыб и Водолеев вполне подойдет огромный букет белой сирени.

Светлана ЛЕБЕДЕВА.

НА КУХНЕ

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "На кухне".

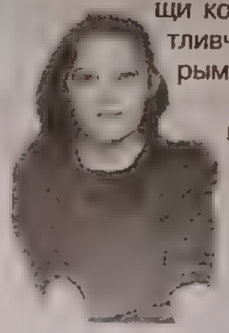
В этом выпуске вы узнаете, как готовить блюда с первой витаминной зеленью, познакомитесь с оригинальными вафельными рецептами. Словом - голодными не останетесь.

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции. Со второго полугодия 2003 года вы можете оформить подписку на сборник "На кухне".

Наш подписной индекс - [illegible] в Объединенном каталоге "Пресса России". [illegible]

Елена ЖУКОВА

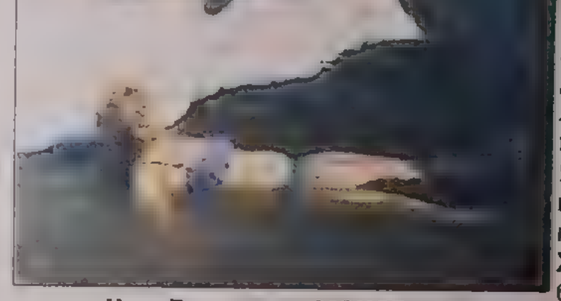
Марина ХАРЮК



Александра Семеновна СТРУЧКОВА

Анна ТЕТКОВА

По итогам розыгрыша анкет из **"Друга дома" № 22 за прошлый год** в счастливую дюжину попали **Надежда Валентиновна БЕЛЫХ** из г. Котлас Архангельской области, **Жанна Олеговна ЖАНСАГАНОВА** из пос. Ивантеевка Саратовской области, **Елена Николаевна ЖУКОВА** из д. Ильинка Тульской области, **Татьяна Михайловна ЛОСКУТОВА** из с. Шарапово Московской области, **Нина Васильевна МОИСЕЕВА** из д. Савино Костромской области, **Александра Семеновна СТРУЧКОВА** из Якутска, **Анна Викторовна ТЕТКОВА** из Челябинска, **Елена Ивановна ТИХОНОВА** из г. Краснослободск, Мордовия, **Марина Владимировна ХАРЮК** из пос. Вожега Вологодской области, **Светлана Николаевна ЧЕРЕПАНОВА** из г. Кизел Пермской области, **Ольга Сергеевна ЧУБАТАЯ** из г. Прохладный, Кабардино-Балкария, и **Валентина Владимировна ЯГОДКИНА** из г. Кинешма Ивановской области.



Нина Васильевна МОИСЕЕВА

Поздравляем победителей!

"Друг дома" № 20

Фамилия, имя, отчество_____

Домашний адрес_____

Хочу спросить у "Друга дома" о... _____

"Друг дома" выписываю; покупаю 4 раза в месяц; 3 раза в месяц; 2 раза в месяц; 1 раз в месяц; крайне редко; этот номер первый

(нужное подчеркнуть).

Чтобы принять участие в розыгрыше призов, ответы необходимо отправить до 16.06.2003 г.

НЕ СПЕШИ С РАЗВОДОМ!

- Прямо и не знаю, что делать, - как-то жаловалась моя знакомая Лариса. - То ли разводиться - то ли нет... Дело в том, что мой муж Костя просто невыносимый человек. Он обо мне совсем не думает, не ценит ни меня, ни мой труд, эгоист какой-то! По дому вообще не помогает (я просто не помню такого случая за 6 лет совместной жизни!). Да что там, он не в состоянии чашку за собой со стола убрать, ботинки на место поставить. А я ведь тоже работаю, устаю. Да еще вся квартира на мне - уборка, стирка, готовка, магазины. Не мужик, а маленький ребенок какой-то. Да и зарабатывает он меньше меня. Вот и спрашивается: зачем он мне нужен?

Не раз у меня возникала мысль: а может, мне с ним развестись? Какой от него толк? Прокормить я себя вполне смогу, зато какая гора с плеч свалится по обслуживанию этого дитяти. Правда, думать мне о разводе приятно, но как представлю себе, что его в доме не будет, как-то сразу тоскливо делается. Вроде как и плохо без него. Вот и не пойму никак - то ли разводиться, то ли нет.

- Все, кончилась моя семейная жизнь, - говорит Виктория. - Развожусь, и немедленно. И причина у меня достаточно веская - мой муж мне изменил. Дело было так. Я уехала в отпуск на неделю, вернулась, Витя меня встретил, как положено, все вроде хорошо. Но вот стали спать ложиться, смотрю, в пододеяльнике нашем что-то лежит, забилось в угол. Стала доставать и обомлела - это были очень симпатичные кружевные женские трусики. Что со мной было, просто не могу передать. Голова закружилась, к горлу комок подступил, пытаюсь из себя что-то выдавить, но ничего не получается. В общем, когда отдышалась, устроила мужу допрос с пристрастием. А он говорит: да, [illegible] раз, но больше этого не повторится, случайно получилось, я и не хотел вовсе, кроме тебя, мне никто не нужен, и все в таком духе.

Но измена есть измена, естественно, что я не буду теперь жить с этим человеком. Хотя, что скрывать, я его люблю, и мне будет без него очень плохо. Но простить его, мне кажется, - это просто не уважать себя. Так что решено, буду разводиться.

И в первой, и во второй истории женщины в принципе настроены на развод. И может быть, даже реально разведутся. Но стоит ли это делать? Почему-то иногда в семейной жизни развод считается единственным способом решения проблемы. И многие женщины сгоряча, в порыве чувств, или, наоборот, от осознания собственного бессилия ("я уже ничего не могу сделать, ситуация безнадежна") разрывают совместную жизнь. А спустя какое-то время жалеют об этом, с теплотой вспоминают супруга, все больше и больше понимая, что лучше его, родного, не было, и нет. Да и жили в принципе не так уж и плохо.

Поэтому, какие бы ситуации ни возникали, с разводом все-таки лучше не спешить. В случаях Ларисы и Виктории - уж совершенно точно. В каких же ситуациях не следует разводиться?

Если у вас в семье возникло какое-то непонимание, то и дело вспыхивают ссоры и конфликты - нужно просто научиться решать их цивилизованно, а не бегать в поисках идеального мужчины. Если муж чем-то не устраивает - мало зарабатывает, не помогает по дому, а в выходные уделяет внимание не вам, а собственной машине или собаке, - вряд ли стоит прибегать к разводу как к последнему средству. Здесь просто нужна длительная работа по выстраиванию отношений между вами, и в таких случаях лучше обратиться к психологу. Что касается измен - в 70 процентах из 100 тоже возможно сохранение семьи. Ведь изменяют по разным причинам. И если это произошло - то вы в этом тоже косвенно по-

Рисунок Михаила ФЕДОРОВА.

участвовали, внесли свою лепту в то, что у мужа возникла потребность в другой женщине. И тут весьма полезно задать себе вопрос, почему это произошло, и поискать источник проблем, с которым нужно поработать. Все это верно при условии, что супруг вам чем-то дорог и между вами существует привязанность, бывают какие-то приятные, радостные моменты.

Но все же в некоторых ситуациях нужно сразу и бесповоротно уходить из семьи. И развод действительно является единственным выходом.

К примеру, если супруг вызывает у вас длительное стойкое отвращение. И вы воспринимаете его как чужого человека, с которым не о чем и неинтересно разговаривать. У вас ете под одной крышей, в то же время никак не соприкасаясь: ведь у вас нет ничего общего. Это чаще всего говорит о том, что ваши отношения изжили себя, умерли. И настало время расстаться, чтобы построить новую семью, найти любимого человека.

Куда худший вариант - если ваш супруг либо алкоголик, либо бьет вас. Вот здесь совершенно не стоит терпеть и ждать, что он "исправится". И что он "трезвый - хороший, но вот как выпьет"... Такая жизнь будет вас очень здорово разрушать и внутренне (как правило, у таких жен начинается внутреннее саморазрушение, психосоматические заболевания из-за стрессов и напряжения), и внешне. И внешние угрозы вполне реальные - вас могут покалечить физически и сделать больным человеком на всю жизнь.

Каждая семья индивидуальна и уникальна. И прежде чем думать о разводе, все-таки ответьте себе: готовы ли вы жить с этим человеком и решать проблемы или у вас с ним нет будущего? Самое интересное, что на интуитивном уровне практически всегда любая женщина знает ответ на этот вопрос.

Алла ПОВОЛЯЕВА.

ЗАЧЕМ ЖЕ ЖИТЬ

Мне 42 года. Четыре года назад от меня ушел муж,

ется. В общем, когда отдышалась, устроила мужу допрос с пристрастием. А он говорит: да, [illegible] раз, но больше

супруга, все больше и больше понимая, что лучше его, родного не было, и нет. Да и жили в

Ведь изменяют по разным причинам. И если это произошло - то вы в этом тоже косвенно по-

ротно уходить из семьи. И развод действительно является единственным выходом.

К примеру, если супруг вызывает у вас длительное стойкое отвращение. И вы воспринимаете его как чужого человека, с которым не о чем и неинтересно разговаривать. У вас практически нет ссор и конфликтов, вы просто сосуществу-

ветьте себе: готовы ли вы жить с этим человеком и решать проблемы или у вас с ним нет будущего? Самое интересное, что на интуитивном уровне практически всегда любая женщина знает ответ на этот вопрос

Алла ПОВОЛЯЕВА, психолог.

ЗАЧЕМ ЖЕ ЖИТЬ ВЧЕРАШНИМ ДНЕМ?

Мне 42 года. Четыре года назад от меня ушел муж, причем ушел к моей подруге. Сейчас они живут в другом городе. Мне было очень трудно и тяжело, ведь у меня осталось двое детей - дочь-десятиклассница и сын, но у него уже своя семья. Я по-прежнему люблю своего бывшего мужа. Он иногда звонит, поговорит со мной и детьми, и после его звонков мне становится еще хуже. Я и так каждый день думаю о нем и не могу забыть. Посоветуйте, как мне быть?

Татьяна А. Кемеровская область.

Ваша основная ошибка в том, что вы нашли себе очень удобную "экологическую нишу", спрятавшись в собственные страдания и переживания. От вас ушел муж, и вы чувствуете себя униженной и оскорбленной, бедной, несчастной и непонятой. Вы пишете, что по-прежнему любите его, но на самом деле, скорее всего, вы любите свои воспоминания о нем. А такая инфантильная позиция может существенно испортить жизнь и вам, и вашим детям. Видя ваши страдания, они страдают не меньше вас.

Поэтому, если вы окончательно убедились, что у вас нет никакой надежды на восстановление семьи, то "отпустите" мужа, не позволяйте себе жить прошлым. Да, вам было хорошо вместе (а в таких ситуациях вспоминаются исключительно приятные моменты вашей жизни), но это БЫЛО. Сейчас ситуация изменилась, поэтому в первую очередь приложите максимум усилий для того, чтобы организовать свою жизнь.

Поговорите с бывшим мужем, объясните, что его звонки травмируют вас, причиняют боль. Понятно, что вы не можете запретить ему общаться с детьми, тем более они достаточно взрослые, чтобы самим решать, нужно им это общение или нет. А вот сами старайтесь свести разговоры к минимуму. Скорее всего, он поймет и пойдет навстречу.

Постарайтесь относиться к бывшему мужу просто как к старому другу или двоюродному брату - ведь у людей, которые прожили вместе немало лет, осталось много общего.

Еще раз повторюсь: самое главное в этой ситуации - научиться жить настоящим днем. Поэтому и волновать в первую очередь должны проблемы сегодняшние. Наверняка, вашему сыну и его семье нужна ваша помощь. Дочь тоже требует массы забот. Запишитесь на курсы вязания или шитья, займитесь разведением цветов или вышивкой. Сделайте себе новую прическу, повесьте другие шторы. Но отказывайте себе в приятных мелочах - будь то покупка какой-нибудь милой безделушки или чашечка чая под любимый сериал. В конце концов, заведите собаку.

И еще, старайтесь как можно больше общаться с людьми, причем не с теми, которые будут сочувствовать и жалеть вас, а с кем объединяют общие интересы и заботы.

Все эти изменения помогут уйти от тягостных воспоминаний и по-иному посмотреть на жизнь.

Светлана ТРУБИЦЫНА, психолог центра "Ваш консультант".

ПРЕДОСТАВЬТЕ ИМ СВОБОДУ

У меня взрослая дочь и сын-подросток. Оба очень скрытные, постоянно мне врут. Даже если я разоблачаю их ложь, они продолжают стоять на своем. Почему?

Людмила. Костромская область.

Проблема, скорее всего, в том, что вы излишне опекаете своих детей. Причем делаете это крайне активно и безапелляционно. Все, что не совпадает с вашими взглядами, - ошибочно и порочно. Считаете, что на свете есть два мнения: одно - ваше, другое - неправильное. И вполне естественно, что ложь ваших детей - это реакция на авторитарный подход, попытка избавиться от контроля. Своего рода протест, причем совершенно оправданный. В конце концов, они уже достаточно взрослые люди и имеют право на собственные решения, собственные ошибки. И ответственность за эти решения и ошибки они тоже должны нести сами.

Вероятно, вы пытаетесь навязать детям ваш стиль жизни, ваши ценности. Но, во-первых, учтите разницу в возрасте. Интересы тех, кому 20, и тех, кому за 50, несколько разные. Во-вторых, сделайте поправку на изменившиеся приоритеты. Скорее всего, вы даже не совсем в курсе, что интересует ваших детей, чем они увлекаются. Раз это не то, что интересно вам, значит, априори плохо. Но это же не так. Поэтому постарайтесь все же признать право детей на самостоятельность. Позвольте им жить собственной жизнью, не навязывайте свое мнение, свои решения. Ваша родительская любовь и забота вполне понятны, но все должно быть в меру. Иначе они превращаются в диктат.

В данной ситуации самое разумное признать право детей на собственную точку зрения, предоставить им больше свободы и самостоятельности. А помощь должна выражаться исключительно в сочувствии, поддержке, в советах, но только когда об этом попросят. В противном случае вы рискуете окончательно испортить отношения с детьми и остаться в полном одиночестве.

Ольга ЛАПТЕВА, психолог.

АРМИЯ ЛЮБОВНИКОВ

Мне 22, с 18 лет живу половой жизнью. И последнее время все чаще меняю любовников - раз в 1-2 месяца. Что мне сделать, чтобы обуздать свой темперамент? Иногда ненавижу себя, но ничего не могу поделать со своей нимфоманией. Готова выйти замуж за того, кого полюблю по-настоящему, но мужики все такие, что больше пары месяцев я с ними не выдерживаю.

А. Московская область.

Прежде всего хочу вас успокоить - никакой нимфомании у вас нет. В противном случае не то что одного любовника в месяц, а и дюжины в день вам было бы мало. "Обуздывать" свой якобы бурный темперамент тоже незачем. Проблема ваша не в этом.

Подобная модель отношений с противоположным полом свидетельствует о неадекватной самооценке, скорее - заниженной. Возможно, вам свойственен подсознательный страх остаться невостребованной, "засидеться в девках"; также вы испытываете потребность доказывать всем и каждому свою женскую состоятельность (в том числе, а возможно, и в первую очередь, себе). Но, естественно, удовлетворение вам это не приносит, наоборот, порождает новые проблемы: вы считаете себя больной (нимфоманкой), испорченной...

А что касается вашей фразы о "не таких" мужиках - так какого вы хотите встретить, если наверняка ведете себя агрессивно, демонстрируя свою готовность к интимному контакту? Вы попадаете в замкнутый круг: пытаясь подобным инфантильным способом "завоевать" мужчину, провоцируете интерес к себе у мужчин определенного типа, этаких сексуальных потребителей, ориентированных на легкие короткие связи. Мужчина же, склонный к долговременным отношениям, настроенный на создание семьи, на вас, скорее всего, и внимания не обратит либо, заведя знакомство с вами, будет, опять-таки, вести себя "не так". И дело даже не в том, ляжете вы с ним в постель через три дня после знакомства или нет, а в вашем поведении. Ведь фактически вы мечтаете о победе над мужчиной и пытаетесь применять для этого секс. А получается наоборот: вы ощущаете себя побежденной, использованной, униженной. Неадекватность самооценки и обида на всех "козлов-мужиков" только усугубляется.

Порекомендовать в вашей ситуации что-либо сложно; обычно требуется работа психотерапевта или психолога. Но кое-что вы можете попробовать сделать самостоятельно. Прежде всего осознание проблемы - первый и весьма значительный шаг к ее решению. А вы его, я надеюсь, сделали. Теперь вам надо постараться изменить алгоритм жизни. Например, в институт поступите. Или, если это для вас сложно, хотя бы смените место досуга. Например, вместо ежевечерней дискотеки запишитесь в клуб любителей бега или еще какую-нибудь не менее дурацкую секцию. Обязательно смените имидж: вместо "девочки-сексапилочки" одевайтесь, к примеру, построже. Попробуйте найти в своей внешности какую-нибудь изюминку и сделайте на нее акцент. При этом не упирайте на сексуальность; если у вас грудь красивая, не делайте супердекольте. Измените прическу, походку. Или, если есть у вас во внешности что-то восточное, усильте это стилизацией "под Восток". Но, повторяю, подобная игра не должна носить характер сексуального вызова. Постарайтесь побольше контактировать не со своей постоянной "тусовкой", где роли давно распределены, темы общения и его стиль устоялись, а с новой - с теми же друзьями по клубу любителей бега. А лучший способ, хотя, к сожалению, не для всех приемлемый, - займитесь какой-нибудь "экстремалкой": различные виды туризма, альпинизм, дельтапланеризм, верховая езда. Все это дает чувство победы, и над собой в том числе, уверенности в себе. Да и мужики в подобных секциях сперва посмотрят, что ты за человек, помогут при нужде. Для них вы в первую очередь будете именно человеком, товарищем по команде, а уж потом сексуальным объектом. Конечно, ухаживать за вами, если вы девушка красивая, и там будут, но вот характер изначального отношения, особенно при правильном вашем поведении, будет другим.

Михаил СЕМЕНОВ,
врач-психотерапевт,
кандидат медицинских наук.

БАБОЧКА И ПТИЧКА

Я замужем 4 месяца, до свадьбы жили вместе 2 года. Всегда получала огромное удовольствие от секса. Как мужчина муж меня устраивал. Но сейчас секс стал реже. Муж говорит, что я мало внимания уделяю ему, он бы хотел, чтобы я разжигала в нем желание, соблазняла, чувствовала, когда он готов к этому. А я навязываю ему свое желание, не думая о его ощущениях. Но сцены соблазнения, как в кино, ему точно не понравятся... "Все должно быть естественно и ненаиграно"... Чем больше я думаю, как это сделать сегодня вечером, тем глупее это выглядит... Теоретически кажется легко, а на практике я теряюсь. Он любит сам быть инициатором в сексе и ждет от меня не проявления инициативы, а именно соблазнения, которое повлекло бы за собой проявление инициативы с его стороны. Не представляю, как это сделать.

Инга,
Воронеж

шений, к браку, а для мужчины брак означает клетку, убивающую любовь. Поэтому бывает так, что мужчина мгновенно возгорается страстью (и, как он думает, любовью) и постепенно разжигает то же чувство в женщине. Но когда она уже полюбила его, мужчина остывает, особенно

БАБОЧКА И ПТИЧКА

Я замужем 4 месяца, до свадьбы жили вместе 2 года. Всегда получала огромное удовольствие от секса. Как мужчина муж меня устраивал. Но сейчас секс стал реже. Муж говорит, что я мало внимания уделяю ему, он бы хотел, чтобы я разжигала в нем желание, соблазняла, чувствовала, когда он готов к этому. А я навязываю ему свое желание, не думая о его ощущениях. Но сцены соблазнения, как в кино, ему точно не понравятся... "Все должно быть естественно и ненаиграно".. Чем больше я думаю, как это сделать сегодня вечером, тем глупее это выглядит... Теоретически кажется легко, а на практике я теряюсь. Он любит сам быть инициатором в сексе и ждет от меня не проявления инициативы, а именно соблазнения, которое повлекло бы за собой проявление инициативы с его стороны. Не представляю, как это сделать...

Инна.
Воронеж.

Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

Интересная ситуация: два года жили, все было в порядке, а 4 месяца вдруг все по-другому. Зададим себе вопрос: в чем разница между этими двумя отрезками времени? Ответ вы подсказываете сами: вы официально оформили брак.

И муж просто успокоился - птичка в клетке, можно и расслабиться: куда она денется? При этом он взваливает на вас ответственность за секс, причем как за ваше состояние, так и за его желание. И речь не идет о прямом высказывании о своих намерениях, а о создании такой атмосферы, в которой ему бы захотелось самому проявить себя.

Так в чем же дело, создайте ему то, чего он лишился в результате регистрации брака, - некоторую неуверенность в прочности отношений. Мужская психология отличается от женской, как птичка от бабочки: обе летают, но совсем поразному. Женщина в любви стремится к прочности отношений, к браку, а для мужчины брак означает клетку, убивающую любовь. Поэтому бывает так, что мужчина мгновенно загорается страстью (и, как он думает, любовью) и постепенно разжигает то же чувство в женщине. Но когда она уже полюбила его, мужчина остывает, особенно представляя перспективу в виде брака.

Брак кажется ему чем-то неизменяемым, сонным, нудным. Это очень ясно проявляется во многих парах, вступающих в брак до 20-22 лет. Их опыт основывается только на отношениях родителей, для которых все в браке давно стало привычным. Но этой привычности предшествовали годы взаимной притирки, бурь, конфликтов...

В вашем случае закономерности еще более выражены: вы жили вместе 2 года, и все было прекрасно. Но стоило появиться штампику в паспорте - и изменился его взгляд на жизнь. В браке некуда спешить, не к чему стремиться, ничто не изменится. Партнерша становится не женщиной, а женой - неким исключением из всего женского пола. Ее привлекательность становится ненужной, а постоянная готовность к сексу раздражает своей доступностью.

Итак, для мужчины разница между добрачным сожительством и жизнью в браке ощущается как наличие уверенности в неизменяемости ситуации, приглушении чувства соперничества. Так, может, стоит несколько обострить ситуацию, чтобы муж встряхнулся? Намекнуть на неудовлетворенность, которую можно ведь (чисто теоретически, конечно!) удовлетворить и на стороне, заронить подозрение, что птичка может выпорхнуть из клетки, создать мужу ситуацию легкой неуверенности в будущем, чтобы ему было что отстаивать, применяя известные мужские методы - ухаживание и ласку.

Но Боже упаси действительно создавать такую ситуацию - можно переиграть. Нет, неуверенность не должна быть основана на фактах, ее нужно создать намеками, словами, новыми привычками. Ничего конкретного, а лишь смутное ощущение мужа, что его жена (оказывается!) вовсе не исключение из женского пола.

Как добиться такого эффекта - заочно сказать невозможно. Да и консультация личного психолога тоже не будет похожа на рецепт. Тактика зависит от характера мужа, от ваших взаимоотношений, от ваших актерских способностей. Так что слово и дело за вами. Только не переиграйте.

Лишь общие советы. Внимание привлекают необычные, непривычные вещи, вот и станьте необычной. Случайное непривычное движение или действие заставит взглянуть на вас по-новому, пробудит новый интерес. Необычный поцелуй или ласка действуют еще более остро. Необычный эпизод в сексе действует ошеломляюще. Вопрос лишь в дозировке всех этих воздействий.

Новизна должна быть вашей, а не чуждой, инородной. Только в рамках обычного поведения удается оставаться естественной, а неестественность мгновенно сводит на нет все усилия. Поэтому для начала сами прикиньте, чего бы вам хотелось, но пока не получается или подавляется. От этого и двигайтесь. Так что, говоря в общем, описанная ситуация - основание для того, чтобы изменились вы оба.

"ДРУГ" И ЕГО СЕМЬЯ

На II полугодие 2003 года теперь можно подписаться не только на "Друга дома", но и на приложения к нему.

Если вы хотите получать полюбившиеся издания без проблем, отправляйтесь на почту. В Объединенном каталоге "Пресса России" (он зеленого цвета) в I томе на страницах 96-97 вы найдете интересующие вас индексы:

"Друг дома" - 34199
"Хороший совет" - 15934
"Волшебная ниточка" - 15931
"Источник здоровья" - 15932
"На кухне" - 15939

Оформите подписку, и "Друг" с "семьей" всегда будут рядом с вами в будни и праздники.

ПОЛЕЗНЫЙ ПОПУТЧИК

Латинское название подорожника - plantago образовано от слов "ступня", "подошва", "двигать", поскольку прижатые к земле листья ассоциируются с отпечатком ноги идущего человека. Русские же названия "подорожник", "попутчик" связаны с местообитанием его у дорог. Другая группа названий - "порезник", "ранник", "чирьевая трава" - даны растению за ярко выраженные ранозаживляющие свойства.

Согласно легенде они были открыты следующим образом. Однажды две змеи расположились на дороге, грелись на солнце. Вдруг из-за поворота выехала повозка. Одна змея успела уползти, другая задержалась - и ее переехало колесом. Люди увидели, как первая змея, оставшаяся невредимой, уползла, но вскоре возвратилась с листом подорожника, которым и исцелила пострадавшую. Этот случай будто бы натолкнул людей на мысль использовать растение для лечения ран. Так это было или нет, но применение подорожника в медицине насчитывает не менее двух тысяч лет. Им пользовались Гиппократ и Гален. Авиценна считал, что "листья его вяжут... Они препятствуют кровотечению, а будучи высушены, способствуют заживлению застарелых и свежих язв, и при язвах нет ничего лучше этого".

Запомните и такую ценную рекомендацию: "Когда варят чечевичную похлебку и кладут туда подорожник вместо свеклы, такая похлебка полезна от водянки".

В народной медицине он применяется в виде свежеистолченной массы при длительно незаживающих ранах и язвах. Такую же массу используют при укусах пчел, ос и даже змей. Она оказывает не только болеутоляющее действие, но и предупреждает появление отека.

Семена подорожника большого используют в качестве безвредного слабительного средства.

В научной медицине используются трава и листья подорожника при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, гастритах и язвенной болезни с пониженной кислотностью желудочного сока. Применяют настой, приготовленный в концентрации 1:20 или 1:10. Принимают по столовой ложке три раза в день в течение месяца.

В аптеках можно купить готовый препарат из листьев - плантаглюцид, который врачи назначают для лечения гастритов, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

В листьях найдены гликозид аукубин, витамины А, С и К, сульферафен, полисахариды, немного алкалоидов, горькие и дубильные вещества, фитонциды, ферменты, соли калия, лимонная кислота. Свежий сок листьев обладает ярко выраженным бактериостатическим действием.

В семенах много слизи, есть жирное масло, белковые вещества, полисахарид плантеоза, состоящий из глюкозы, фруктозы и галактозы, олеоновая кислота, сапонины и дубильные вещества.

Противовоспалительные свойства подорожника, его способность содействовать быстрой регенерации поврежденной ткани позволили применять настой и сок его в косметических средствах для профилактического ухода за кожей. Входят они и в состав питательных кремов.

Для жирной, склонной к воспаленным угрям коже особенно полезны маски из измельченных листьев подорожника.

Применяют и припарки из семян при воспалении глаз, при язвах, для разглаживания морщин.

В Болгарии, Франции, Германии, Китае и других странах применяют подорожник при рожистых воспалениях, ранах, язвах, дерматитах, а парфюмерная промышленность выпускает различные препараты - лосьоны и кремы, которые содержат натуральные экстракты подорожника и других растений.

Олег ЛЮБИН.

ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ

Эта пословица весьма уместна. Она подсказывает нам, что во время еды человек должен есть

Б) Ценю тех, у кого оно есть.

варят чечевичную похлебку и

желудочного сока. Применяют

ческим действием.

питательных кремов.

Для жирной, склонной к воспаленным угрям коже особенно полезны маски из измель-

ника и других растений.

Олег ЛЮБИН.

ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ

Конечно, во многом здоровье человека зависит от целого ряда факторов, но многое и от того, как вы о себе заботитесь. Определить это вам поможет следующий тест.

Доставляет ли вам удовольствие ваша работа?

А) Иду на работу и работаю с удовольствием.

Б) Работа меня в общем-то устраивает, но и только.

В) Работаю без особой охоты.

Регулярно ли вы делаете зарядку?

А) Это для меня своего рода потребность.

Б) Хотел бы, да не всегда удается себя заставить.

В) Нет.

Какой режим питания вы предпочитаете?

А) Плотный завтрак, обед из трех блюд и легкий ужин. Ем немало овощей и фруктов.

Б) Иногда вообще обхожусь без завтрака или обеда.

В) Не придерживаюсь никакого режима.

Курите ли?

А) Нет.

Б) Да, но лишь одну-две сигареты в день.

В) Курю по пачке в день.

Употребляете ли спиртное?

А) Нет.

Б) Иногда выпиваю с приятелями или дома, если есть повод.

В) Довольно часто, бывает, что и без повода.

Пьете ли кофе?

А) Очень редко.

Б) Пью, но не более одной-двух чашек в день.

В) Не могу обойтись без кофе, пью его очень много.

Принимаете ли лекарственные препараты?

А) Нет.

Б) Только при острой необходимости.

В) Почти каждый день.

Страдаете ли каким-то хроническим заболеванием?

А) Нет.

Б) Затрудняюсь ответить.

В) Да.

Используете ли хотя бы один выходной для физической работы, туризма, занятий спортом?

А) Да, а иногда и оба дня.

Б) Только когда есть возможность.

В) Предпочитаю заниматься домашним хозяйством.

Как проводите отпуск?

А) Активно занимаюсь спортом.

Б) В приятной, веселой компании.

В) Для меня это проблема.

Довольны ли своими детьми?

А) Да.

Б) Не очень.

В) Нет.

Удовлетворяет ли вас интимная жизнь?

А) Да.

Б) Не совсем.

В) Нет.

Есть ли что-то, что постоянно раздражает на работе или дома?

А) Нет.

Б) Да, но стараюсь избегать "раздражителей".

В) Да.

Есть ли у вас чувство юмора?

А) Близкие и друзья говорят, что есть.

Б) Ценю тех, у кого оно есть.

В) Нет.

На каждый ответ **А** начислите себе 4 балла, **Б** - 2 балла, **В** - 0 баллов.

От 38 до 56 очков. У вас есть шансы дожить до преклонного возраста. Вы тщательно следите за своим здоровьем, у вас хорошее самочувствие. Если и впредь будете вести здоровый образ жизни, то сохраните энергичность, активность до глубокой старости. Один совет: не пренебрегайте маленькими удовольствиями. Без них жизнь может стать слишком пресной. А радость - это источник здоровья.

От 19 до 37 очков. У вас не только хорошее здоровье, но часто и хорошее настроение. Вы, вероятно, общительны, нередко встречаетесь с друзьями. Не отказываетесь и от удовольствий, которые делают вашу жизнь разнообразной. Но вот о чем подумайте: не будут ли некоторые привычки с годами иметь нежелательные последствия для вашего здоровья? Достаточно ли занимаетесь спортом, не слишком ли увлекаетесь спиртным и сигаретами, посиделками с приятелями?

От 0 до 18 очков. Вы очень уж легкомысленно относитесь к своему здоровью. Вероятно, уже жалуетесь на самочувствие или вот-вот начнете жаловаться. Не слишком надейтесь на лекарства. Если вы пока не бегаете по врачам, то это заслуга вашего здорового организма, но это не может продолжаться до бесконечности. Откажитесь, пока не поздно, от сигарет, спиртного, упорядочьте режим питания.

Анатолий САФОНОВ.

Эта пословица весьма уместна. Она подсказывает нам, что во время еды человек должен есть и ни в коем случае не обсуждать проблемы семьи, бизнеса и т.п.

КОГДА Я ЕМ, Я ГЛУХ И НЕМ

Ведь если мы понаблюдаем за трапезой животных, то увидим, что животное ест, тотально концентрируясь на своем лакомом куске. Люди же, наоборот, под воздействием социума превратили процесс приема пищи в сложный социальный акт, во время которого помимо приема питательных веществ человек эмоционально о чем-то рассуждает. Например, во время ужина муж в красках рассказывает о своих проблемах, связанных с работой. В эти эмоции включаются жена и дети. Эмоции их отвлекают, и они уже не питаются, концентрируясь на вкусе и на насыщении, а вслепую поглощают пищу. Если в семье такой эмоциональный ужин - норма, то у членов семьи будут следующие проблемы:

- Пища, перемешанная с отрицательными эмоциями, приведет со временем к заболеваниям желудочно-кишечного тракта.

- Пища всегда будет ассоциироваться с проблемами, то есть человек уже не сможет обедать без отрицательного эмоционального фона.

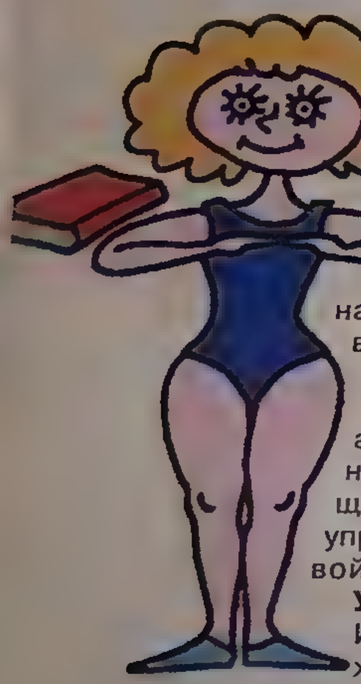
Постарайтесь взять за правило: во время еды нужно концентрироваться на еде, на ее калорийных и вкусовых качествах, а не отвлекаться на эмоциональные споры и всевозможные проблемы. Для этого очень важно, чтобы каждая трапеза сопровождалась соответствующим ритуалом: есть не перед телевизором, а на кухне, в спокойной обстановке. Перед едой прочитать молитву, если вы верующий, а остальным можно настроиться психологически примерно так: "Я приступаю к приему пищи. Все мои проблемы, связанные с работой, семьей, решу после обеда. А сейчас концентрируюсь на вкусе пищи. Она полезна для моего организма. Насыщение приходит ко мне быстро..."

Помогает концентрироваться на процессе приема пищи и ритуал сервировки стола. Когда много внимания уделяется поведению за столом: как пользоваться ножом, вилкой, салфеткой, то меньше времени остается для эмоциональных разговоров и соответственно слепого поглощения пищи.

Андрей САРАКУЛ, психоаналитик.

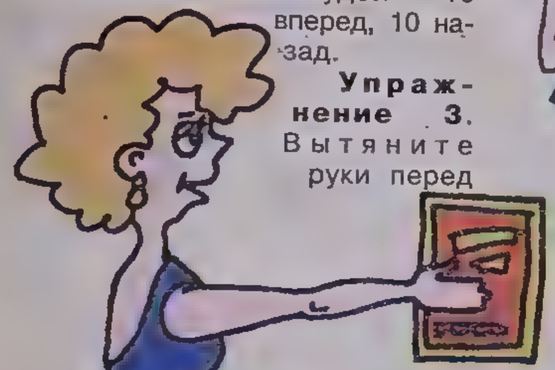
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ГРУДИ

Однажды в спальню короля Франции Людовика XIV вошли несколько человек - это были мастера художественных искусств. Перед ними на кровати лежала любовница короля с обнаженной грудью. Мастера принялись за работу: по приказу Людовика они сняли слепок с груди женщины и удалились, а вскоре принесли королю бокал для шампанского, форма которого в точности повторяла форму груди любовницы короля. Этот бокал послужил образцом для многих других. До сих пор мы пьем шампанское из бокалов, чья форма восходит к груди любовницы Людовика XIV.



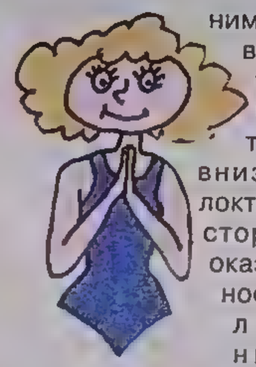
Да, красивая грудь стоит того, чтобы за нее выпить! Но чтобы грудь была красивой, надо уделять ей внимание и, в частности, не забывать специальные упражнения, делающие грудь более упругой и красивой.

Упражнение 1. Исходное положение - стоя. Выпрямите спину, ладони перед грудью, локти на высоте плеч. Положите на каждый локоть по большой книге, отведите локти как можно дальше назад, затем верните в исходное положение. Повторите 20 раз, опу[illegible] руки, отдохни-



Упражнение 2. Исходное положение [illegible] удержать, конечно, еще по паре томов сверху на каждую ладонь. Разведите прямые руки в стороны ладонями вверх. Выполните круговые движения прямыми руками с маленькой амплитудой - 10 вперед, 10 назад.

Упражнение 3. Вытяните руки перед собой и между ладонями зажмите книгу - медленно поднимайте руки вверх, затем опускайте вниз, всего около 20-25 таких движений прямыми руками с маленькой амплитудой.



Положите книгу на ладони, а сверху добавьте еще 4-5 книг. Еще 15-20 движений вверх-вниз с малой амплитудой.

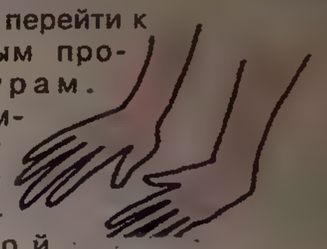
Упражнение 4. Поднимите руки над головой и соедините ладони. С силой опустите ладони вниз, к голове, локти разведите в стороны, ладони оказывают взаимное давление. Повторите упражнение 10 раз; **б)** с силой сжимаем ладони перед грудью 10 раз.

Упражнение 5. Сядьте в кресло, ладони упираются в подлокотники - подтянитесь. Тело напряжено, ноги перпендикулярны туловищу. Почувствовали эффект? Если это упражнение вам понравилось, запомните его и постарайтесь найти возможность выполнять в спортивном зале на брусьях.

Упражнение 6. Теперь перейдем в положение лежа (на полу, на коврике), руки в упоре ладонями - будем делать отжимания.

Вначале ладони на ширине плеч. Выпрямили руки, удерживаем тело не прогибаясь, согнули руки, грудь почти касается пола, повторили отжимание 1-2 раза. Выполним еще 6 отжиманий, меняя каждые 2 раза положение ладоней: чуть шире плеч, шире плеч, значительно шире плеч. После небольшого перерыва для отдыха еще 6 отжиманий: ладони шире плеч, на ширине плеч, уже плеч.

Традиционное пожелание - по окончании занятий перейти к водным процедурам. Напомним: для красивой формы груди будет полезен холодный душ, а зимой - массаж с горстью снега. Холод приводит к сокращению мышц и последующему приливу крови, что поддерживает упругость и эластичность груди. В завершение напомним о необходимости следить за правильной осанкой - ибо даже очень красивая грудь не будет хорошо выглядеть при сутулой спине и сведенных плечах.



Сергей КОРШУНОВ,
врач лечебной физкультуры.

К
РАБОТА ДЛЯ ВСЕХ
Пол, возраст и образование значения не имеют.
з/п до 500 000
От вас конверт с о/а + 1 чистый
624449, Свердловская обл., г. Краснотурьинск, ул. Коммунальная, 38, а/я 6.

ЕСЛИ ОСТОРОЖНО, ТО МОЖНО

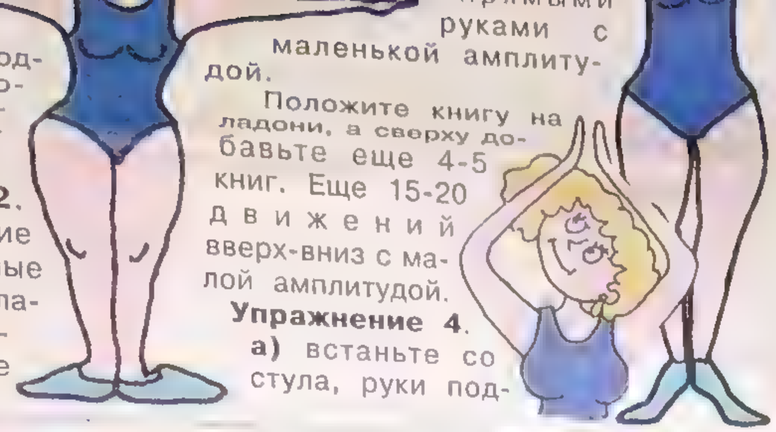
Можно ли при гастрите принимать алкоголь?

Елена САВИНА.
г. Новокузнецк Кемеровской области.

[illegible] го, а от продуктов, [illegible] ствующих на слизистую [illegible] лудка раздражающе [illegible] рое, кислое, соленое, [illegible] ресчур жирное. На [illegible]

ше назад, затем верните в исходное положение. Повторите 20 раз, опустите руки, отдохните.

Упражнение 2. Исходное положение - стоя. Те же самые книги положите на ладони и даже добавьте, если сможете



руками с маленькой амплитудой.

Положите книгу на ладони, а сверху добавьте еще 4-5 книг. Еще 15-20 движений вверх-вниз с малой амплитудой.

Упражнение 4. **а)** встаньте со стула, руки под-

АЛМАГ ГАРАНТИРУЕТ ЗДОРОВЬЕ

Замечательный портативный медицинский аппарат **АЛМАГ**, созданный руками елатомских приборостроителей, неоднократно ранее был героем наших публикаций. А потому многим читателям уже хорошо известны его целительные способности. Вы уже знаете, как и от каких болезней лечит **АЛМАГ**. Знаете, что его высоко оценили врачи крупных российских клиник, где проводились испытания аппарата. Недаром Минздрав России рекомендовал **АЛМАГ** для широкого применения не только в медицинских учреждениях, но и в домашних условиях.

Но знать и верить две разные вещи, а уверовать в целительную силу аппарата **АЛМАГ** многие из вас, дорогие читатели, смогли только после того, как испытали его эффективное воздействие на себе.

*«Услышав в рекламе о созданном вами приборе **АЛМАГ-01**, я приобрела его у вас на заводе. К моему удивлению, после длительного лечения травами и вашим прибором я стала вставать, ходить и, в общем, получила возможность жить полноценной жизнью. Порекомендовала его маме в другой город. Они тоже выписали - результаты удивительные! Хочу поблагодарить всех, кто трудился над созданием этого прибора»* - такое письмо на Елатомский приборный завод прислала В.Ф. Репкина из Калмыкии.

При аккуратном соблюдении рекомендаций по применению аппарата, тщательном и скрупулезном лечении **АЛМАГ** помогает избавиться от таких сложных и многолетних болячек, что это действительно бывает похоже на чудо.

Слава **АЛМАГа** давно вышла за пределы России. Ведь он неоднократно становился призером крупных международных выставок. Потому об этом аппарате жители многих стран ближнего и дальнего зарубежья не только слышали, но с успехом используют **АЛМАГ**, укрепляя собственное здоровье.

Автор следующего письма, жительница Германии, с благодарностью рассказывает, что *«аппарат **АЛМАГ** чудесным образом справился с моим артритом и остеохондрозом, мне 55 лет, и я могу утром бодро вставать, а не сползти с кровати, о чем я долго мечтала. Боли ушли, но даже если они и вернутся, я уже не боюсь: у меня есть **АЛМАГ** - простой в обращении и очень эффективный»*.

Избавьтесь от боли и вы! Если ваш лечащий врач не запрещает магнитотерапию, не пожалейте денег (наложенным платежом 2681 руб.+5% почтовый сбор) и закажите **АЛМАГ**. Он поможет вам и вашим близким!

Приобрести аппараты можно в аптеках, магазинах «Медтехника» и наложенным платежом с завода.

Адрес: 391351, ул. Янина, 25,
г. Елатьма, Рязанская обл.
Код заказа 8966.
Тел: (09131) 2-04-57, 4-38-29.
epz@elat.ryazan.zu
www.elamed.com

Елатомский приборный завод -
Все для здоровья.
Здоровье для Вас.

Товар сертифицирован.
Лицензия Минпрома № 42/2001-0675-0479 от 22.10.2001 г.

ELAMED

ЕСЛИ ОСТОРОЖНО, ТО МОЖНО

Можно ли при гастрите принимать алкоголь?

Елена САВИНА.
г. Новокузнецк Кемеровской области.

Все зависит от того, какой у вас гастрит - с повышенной или пониженной секрецией и в какой стадии. При обострениях, естественно, алкоголь принимать нельзя. А если живот не болит, почему бы и не выпить рюмочку, если очень захочется! Кстати, обостряется гастрит чаще не от спиртного, а от продуктов, действующих на слизистую желудка раздражающе: острое, кислое, соленое, чересчур жирное... На всякий случай советую вам проконсультироваться с лечащим врачом - он, зная характер вашего заболевания, точно скажет, какие продукты есть не стоит.

СМЕНИТЕ КАПЛИ

Раньше от насморка мне хорошо помогал галазолин, а теперь я капаю его по три-четыре раза в день, а насморк все не проходит...

Инна ДОБРОДЕЕВА.
Кемерово.

Вы, как говорится, на это лекарство "подсели". К сожалению, галазолин хоть и прекрасно снимает клинические проявления насморка (заложенность, отек слизистой носа, повышенное истечение слизи), но собственно насморк не лечит, более того, вызывает эффект привыкания, что с вами и произошло. Вообще пользоваться галазолином стоит только в исключительных случаях, и то не более чем два-три дня подряд. Вам необходимо пройти курс физиотерапии или хотя бы прогреть нос в домашних условиях вареными яйцами, синей лампой или мешочками с солью и перейти на другие капли, лучше всего на масляной основе.

КЕФИРОМ ПО ГРИБКУ

Мне прописали антибиотик. Теперь у меня сильно щиплет язык, он в белом налете. Отчего это происходит? И какие лекарства принимать?

Иван КОНИХИН.
Великий Новгород.

То, что с вами происходит, - естественная аллергическая реакция на антибиотик. Пройдет какое-то время, и как только вы прекратите принимать лекарство, все само придет в норму. А для ускорения процесса можете принимать нистатин и пить побольше биокефира.

Андрей САСИН,
врач.

Вам захотелось на дачном участке чего-нибудь этакого, необычного и без диких затрат на садовые ухищрения в специальных магазинах? Будет сделано!

ВЕТРОДУЙ ИЗ АКАПУЛЬКО

Если вы не выбросили продырявленный надувной детский бассейн из пестрого клеенчатого пластика и вдобавок у вас завалялся облезлый зонт - замечательно! Лучше, конечно,

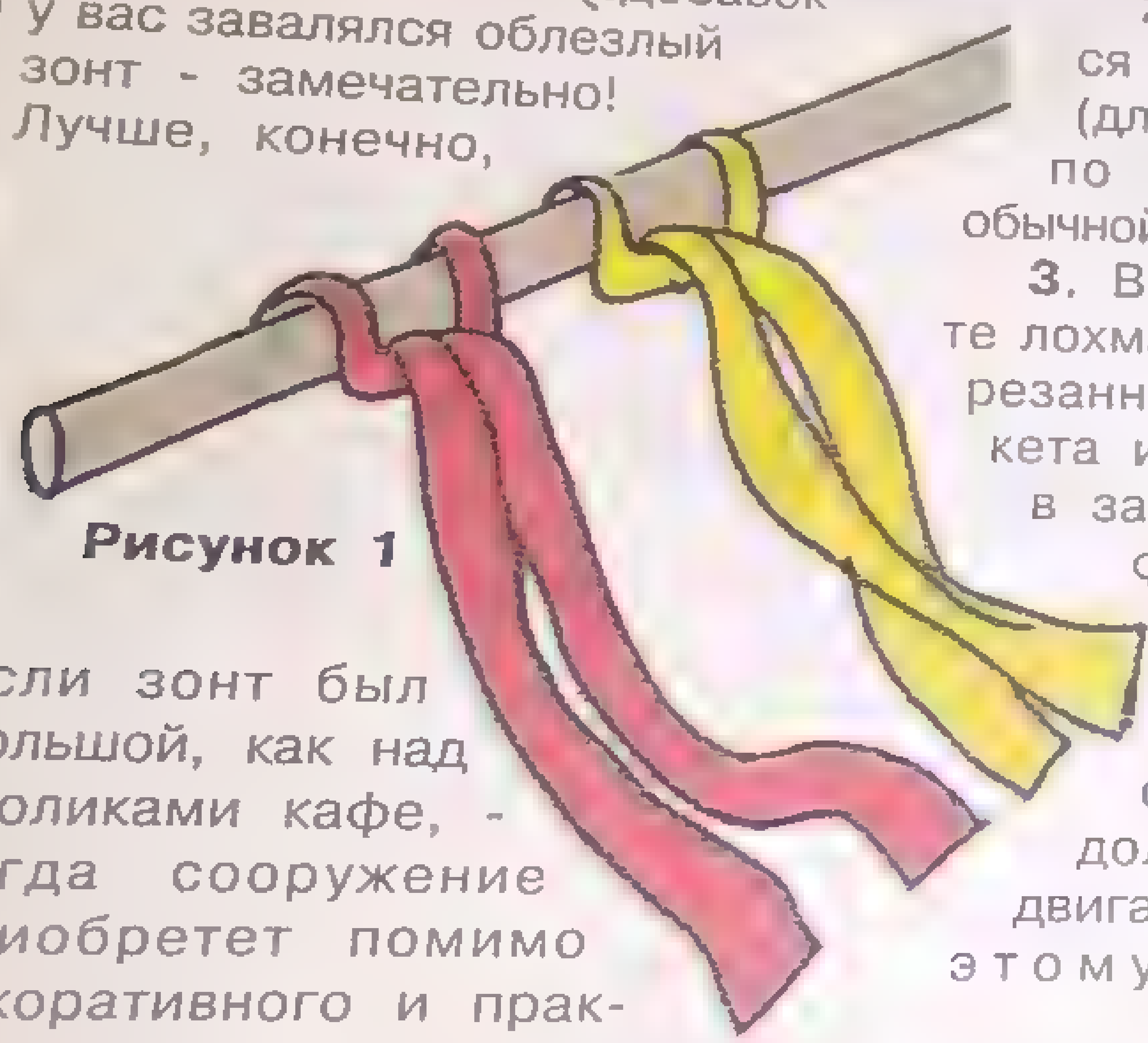


Рисунок 1

если зонт был большой, как над столиками кафе, - тогда сооружение приобретет помимо декоративного и практический эффект. Не найдете исходного материала у себя, спросите у соседей, они все равно выбросят.

Теперь, вооружившись ножницами и терпением, разделируйте бассейн на днище и обод, состоящий из надувных "труб". Затем аккуратно нарежьте из длинных полос цветастого пластика узкие ленты шириной 1-1,5 см. Можно резать сразу два слоя. Теперь, удобно расположившись на лужайке перед раскрытым стоящего зонта (надо вставить его ручку в обрезок вбитой в землю губы), начинайте

ду спицами. Этот веревочный каркас будет служить вам основой.

2. Закрепите имеющиеся у вас ленты пластика (длина 1-1,5 м) бахромой по окружности методом обычной петли **(рисунок 1)**.

3. Верхушку зонта украсьте лохматым плюмажем из нарезанного лапшой яркого пакета или любым предметом в зависимости от вкуса и фантазии.

4. Установка шедевра **(рисунок 2)**. Конструкция должна легко двигаться, поэтому,

Рисунок 2

если речь идет о большом зонте, надо вбить в землю метал-

высота садовой скульптуры неожиданного дизайна может достигать 2,5-3 метров. Ветродуй готов, пестрая карусель будет беспрестанно двигаться от малейшего ветерка, завораживая глаз, а шорох лент напоминать о прибрежном шепоте пальмовых листьев.

Практическое значение ветродуя неоценимо: для души, для глаз, для уха, для тени. У меня их три. Самый большой расположен в центре пластикового стола (стол со специальным отверстием для зонта). Бахрома на нем с обрывками ярких цветов, фруктов и надписью "Акапулько" подстрижена до уровня головы сидящего человека. Верхушка затянута полупрозрачной тканью так, чтобы над столом была легкая тень. Две карусели поменьше, из обычных зонтов, расположены в зоне отдыха - над клумбой, у шезлонга, создавая настроение веселого шелестящего праздника. К нам часто заходят прохожие: "Можно взглянуть, что это там у вас за чудеса?" Осенью зонты складываются в одно мгновение и зимуют в углу веранды.

ЕСЛИ ВЫ ШЬЕТЕ

Синтетическую ткань лучше раскраивать и подрезать острыми нагретыми ножницами, тогда она не будет "осыпаться", да и швы обметывать не придется.

Хорошо прилегают выкройки к материалу, если их вместо закалывания булавками прогладить утюгом.

Выкройку, которую часто используют, лучше сделать не из бумаги, а из клеенки, тогда она будет "жить" дольше.

Увеличить выкройку на один-два размера можно так: разрежьте ее на четыре части по ширине и высоте. Затем разложите на листе бумаги, раздвинув по линиям разреза на необходимое количество сантиметров. Осталось перевести новую выкройку и вырезать ее.

Почти в каждом доме найдется скатерть из нетканого текстиля. Новинка радует до тех пор, пока не побывает в стирке несколько раз. А потом ее можно использовать совсем в другом качестве. Если вы шьете - скатерть сослужит вам добрую службу. Она с успехом заменит клеевую прокладку, необходимую для укрепления бортов, манжет, воротников.

Чтобы легче было распарывать сшитую на машинке вещь, пользуйтесь лезвием безопасной бритвы, вставленным в пробку.

Чтобы застежка на юбке не расходилась, пришейте с одной стороны крючок и петлю, а с другой - соответственно петлю и крючок.

Перед тем как подшивать низ изделия, повесьте его на несколько дней на вешалку - ткань отвисится, подол не будет вытягиваться.

Любую юбку лучше сделать на подкладке. Зимой она теплее, летом не просвечивает и не прилипает к телу. Меньше мнется и лучше сидит.

Большинство тканей во время носки и после стирки садится. Поэтому, прежде чем кроить модель, нужно сделать усадку ткани.

Шерсть заверните в мокрую простыню и гладьте чуть влажной.

Шелковые ткани намочите и прогладьте. Крепдешин намочите в теплой воде и прогладьте (эта ткань дает большую усадку по ширине).

При раскладке выкройки на ткань четко соблюдайте направление долевой нитки, указанное на чертеже.

Гладить ткань надо по направлению долевой нитки.

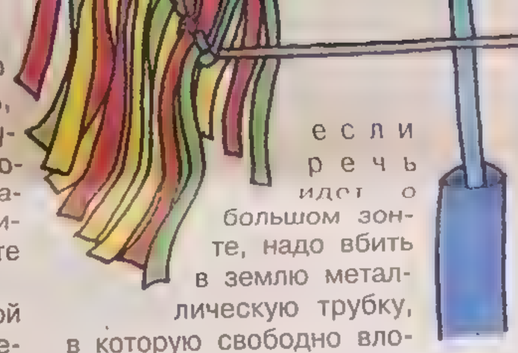
При шитье углы у мешковины кармана лучше округлить - в них не будет собираться пыль.

В манжеты, воротники, пояса и клапаны карманов обязательно положите прокладку. Они будут красивее выглядеть и лучше лежать.

Анатолий САФОНОВ.

...чарежьте из длинных полос цветастого пластика узкие ленты шириной 1-1,5 см. Можно нарезать сразу два слоя. Теперь, удобно расположившись на лужайке перед раскрытым остовом торчащего зонта (надо вставить его ручку в обрезок вбитой в землю тубы), начинайте творить.

1. Бечевками или тесьмой соедините концы спиц. По желанию сделайте еще круг меж-



если речь идет о большом зонте, надо вбить в землю металлическую трубку, в которую свободно вложится ручка зонта. Общая

ложены в зоне отдыха - над клумбой, у шезлонга, создавая настроение веселого шелестящего праздника. К нам часто заходят прохожие: "Можно взглянуть, что это там у вас за чудеса?" Осенью зонты складываются в одно мгновение и зимуют в углу веранды.

Людмила БОЯДЖИЕВА.

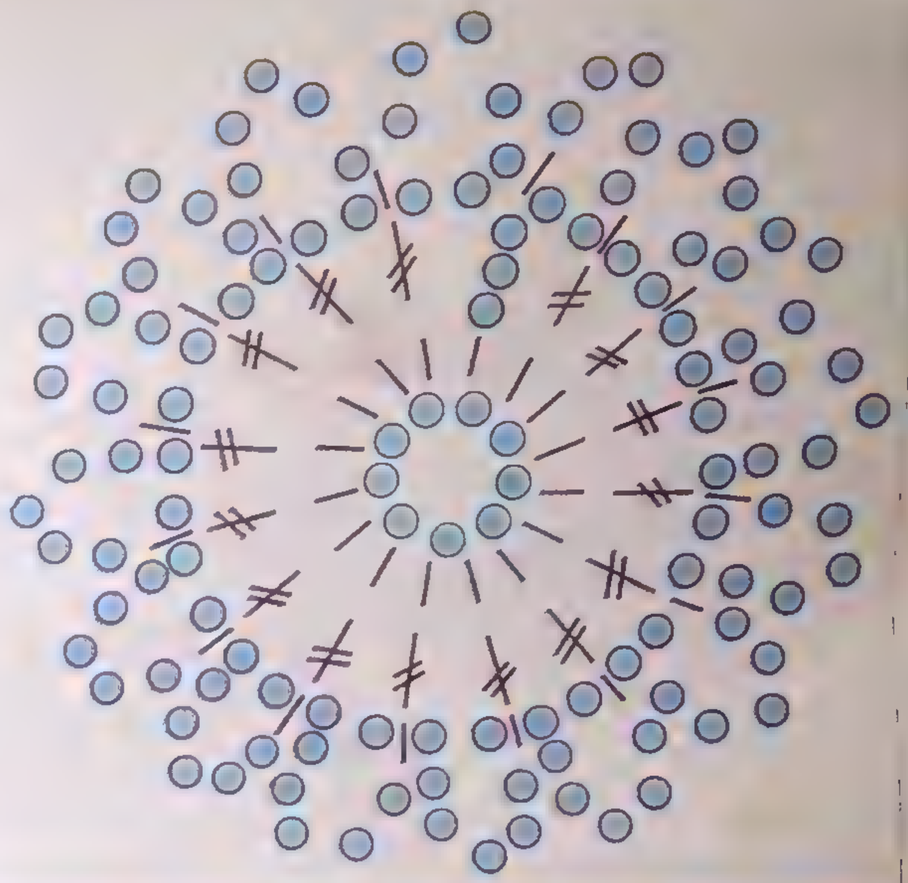
безопасной бритвы, вставленным в пробку.

Чтобы застежка на юбке не расходилась, пришейте с од-

ку. Они будут красивее выглядеть и лучше лежать.

Анатолий САФОНОВ.

САЛФЕТКА ПО МОТИВАМ



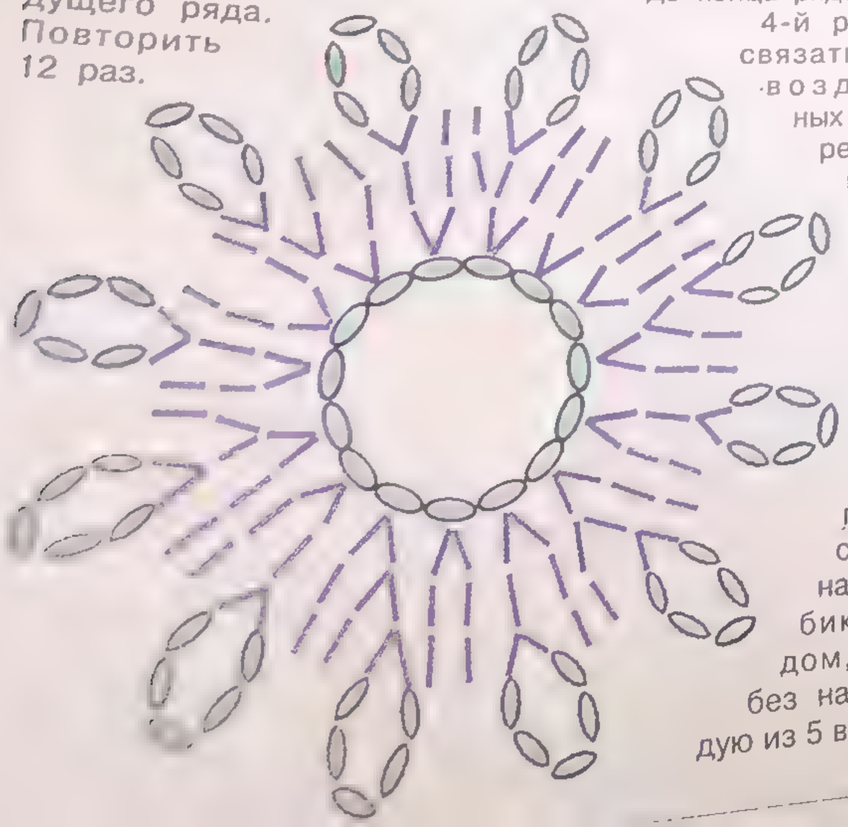
Мотив I

1-й ряд - 15 воздушных петель замкнуть в круг.

2-й ряд - обвязать круг 30 столбиками без накида.

3-й ряд - 1 столбик без накида в каждый столбик предыдущего ряда, а в каждый пятый столбик - по 2 столбика без накида. Всего получится 36 столбиков.

4-й ряд - 3 столбика без накида, 5 воздушных петель, столбик без накида в третий столбик предыдущего ряда. Повторить 12 раз.



Мотив II

1-й ряд - связать 9 воздушных петель и замкнуть в круг.

2-й ряд - обвязать круг 16 столбиками без накида.

3-й ряд - 5 воздушных петель и столбик с 2 накидами в столбик без накида предыдущего ряда. 2 воздушные петли и столбик с 2 накидами - повторять до конца ряда.

4-й ряд - связать 5 воздушных петель и закрепить столбиком без накида над столбиком с 2 накидами предыдущего ряда.

5-й ряд - обвязка лепестков. Для каждого лепестка: 1 столбик без накида, 8 столбиков с накидом, 1 столбик без накида (в каждую из 5 воздушных петель - по 2 столбика). Связав внутренний лепесток, вернитесь к предыдущему. Закрепив нитку столбиком без накида и отогнув внутренний лепесток к центру, обвяжите внешний лепесток и т.д. Всего получится 8 внутренних лепестков и 8 внешних. Внешние лепестки все соединены между собой, а внутренние соединяйте по желанию.

Обвязка лепестка

Сборка

Каждый лепесток мотива II соедините с мотивом I. Один мотив II и 8 мотивов I образуют круг. Далее количество мотивов и их соединение - по желанию, в зависимости от нужной формы готового изделия. У меня это 2 длинные салфетки для пианино, фрагменты которых показаны на фотографии. Салфетка пошире - для верхней крышки, поуже - для нижней. Очень красиво!

Ирина ПОЛЯКОВА.

Лист бумаги называют универсальным конструктором. Действительно, только складывая его разными способами, можно получить великое множество декоративных фигурок и полезных вещей. Этому искусству (оригами) сейчас уделяется много внимания. А я хочу напомнить о простых и милых поделках из бумаги с использованием клея и ножниц, которые украсят детскую комнату, пригодятся в быту, послужат хорошим подарком бабушке. Мастеря их вместе с вами, ребенок не только приятно проведет время, но и приобретет навыки, которые обязательно пригодятся ему в жизни.

БУМАГА, НОЖНИЦЫ И КЛЕЙ - СТО ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Что для этого необходимо

Ножницы. Для малыша лучше купить небольшие, по руке, с закругленными концами.

Клей. При использовании обычной (нетолстой) бумаги удобен клей-карандаш. Им сильно не испачкаешься, он не прольется и быстро сохнет, а следовательно, не тормозит работу. Если ребенок мал и еще только осваивает работу с клеем, для него очень хорош цветной клей-карандаш, который через пару минут на воздухе становится бесцветным. Пользуясь им, малыш легко может оценить, вся ли деталь покрыта клеем. Для склеивания бумаги или картона с другими материалами используйте клей ПВА.

Бумага. Кроме обычной цветной бумаги вам пригодится самоклеящаяся. Она удобна для отделки (мелкие детали) или, наоборот, для крупных фрагментов, приклеиваемых на фон. Старые журналы, обложки от тетрадей с картинками, готовые наклейки - тоже хороший материал для творчества.

Может понадобиться: простой карандаш, линейка, трафареты простых геометрических [illegible], вата, поролон.

Рисуем без карандаша

[illegible] сначала рисуем

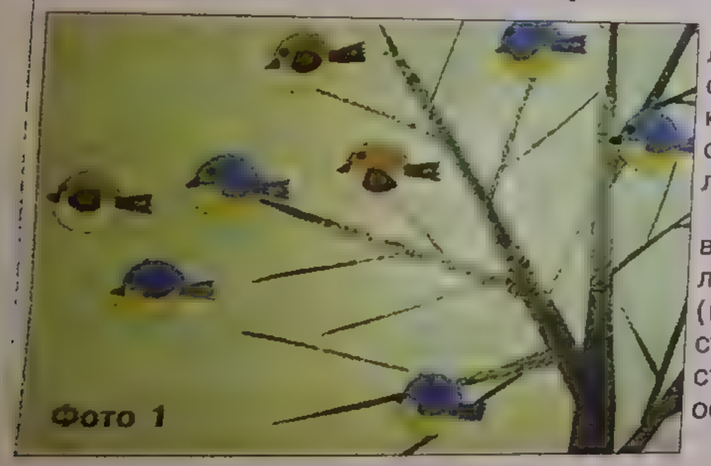


Фото 1

ги превратится в роскошный ковер, а круг - в красивую тарелку.

Все по местам

Трехлетнему ребенку непросто приклеить деталь на нужное место. Поэтому и задания для него не должны быть слишком сложными. Чтобы потренироваться, сделайте с малышом воробья или синичку, как на **фото 1**.

Взрослый заготавливает детали: круг-основа, две половинки круга - темная и светлая, хвост, крыло, клюв, глаз.

Ребенок наклеивает на основу сначала грудку и спинку (половинки круга), стараясь точно совместить их, а потом все остальные детали.

Вариант: взяв за основу овал, сделайте рыбку. Тогда вместо половинок круга будут неравные части овала - голова и туловище.

Такими птичками и рыбками можно украсить детскую комнату, если сделать их двусторонними и подвесить на ниточках.

Раскрашиваем... бумагой

Посмотрите, какие аппетитные овощи положили в корзинку на занятии мозаичной ап-

но подвесить на ниточках к карнизу окна в детской.

Хороши в моем саду цветочки!

Наверное, цветы - самая популярная тема для аппликаций, особенно на поздравительных открытках. Чтобы цветы

Фото 4

выглядели еще лучше, сделайте их объемными. Для этого вырежьте несколько одинаковых цветков и склейте их только за серединку так, чтобы лепестки не перекрывали друг друга **(фото 4)**. Можно собрать цветок из деталей разного диаметра (самая маленькая должна быть сверху). А подкрутив немного лепестки с помощью карандаша, добьетесь еще большего объема. Украсьте серединку тычинками из пучка тонких полосок бумаги или несколькими бисеринками, наклеенными с помощью клея ПВА. Некоторые листья согните вдоль пополам и приклейте только за одну половинку.

Вариант: в качестве деталей для объемных цветов хорошо смотрятся круглые гофрированные упаковочные бумажки от печенья. Два-три таких кружочка + желтая серединка - и хризантема готова!

Кувшинка

Довольно большой круг разделите на секторы (6, 8 или 12) карандашом. Прорежьте по на-

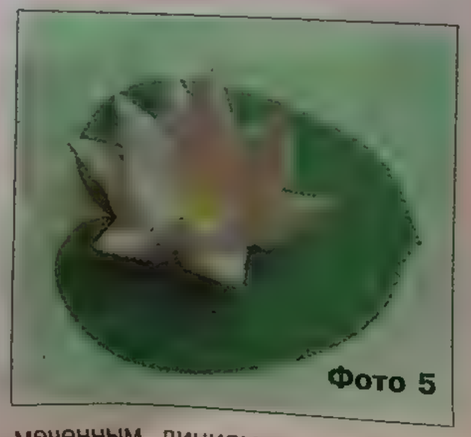


Фото 5

меченным линиям, немного не доходя до центра круга. Край каждого сектора склейте в виде конуса. Вырежьте из зеленого картона лист кувшинки и приклейте на него цветок. После того как вы украсите серединку **(фото 5)**, там смело может поселиться Дюймовочка! Если же приклеите в центр кружок из поролона, кувшинка превратится в оригинальную игольницу.

Вариант: скрепите несколько цветков кувшинки за серединки - и получится ежик.

Кукольный театр

А теперь устроим домашний спектакль! Нужно для этого совсем немного:

Фото 6

- найти в старом журнале или нарисовать необходимых персонажей (пригодятся и обложки от исписанных тетрадей, и готовые наклейки);
- вырезать их и наклеить на лист плотной бумаги;
- внизу каждой фигурки пририсовать основание размером с ноготь и полоску, перпендикулярную ему. Длина полоски на 1 см больше толщины пальца;
- вырезать полоску, склеить в кольцо, примерить на палец **(фото 6)**.

Вариант: так же можно сделать украшение на карандаш.

Наталия РАЗЛУЦКАЯ.

Может понадобиться: простой карандаш, линейка, трафарет простых геометрических фигур, бисер, вата, поролон.

Рисуем без карандаша

Аппликация сродни рисованию. Подготовьте картон или бумагу для фона, обсудите с ребенком композицию, если нужно - помогите вырезать детали. Возможно, не все получится так аккуратно, как хотелось бы. Не спешите поправлять ребенка. Главное - желание творить, а качество придет вместе с опытом.

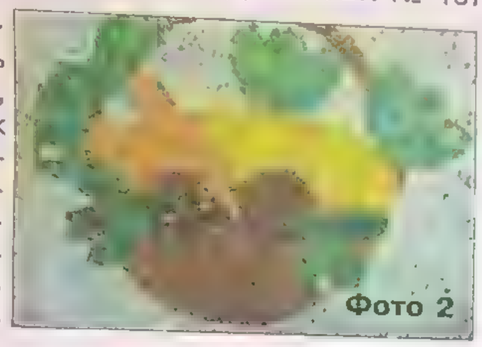


Фото 2

Тематика работ в технике аппликации очень разнообразна. Дети с удовольствием клеят не только пейзажи и натюрморты, но и портреты, и жанровые сценки. Вспомните свой детсадовский опыт. Кроме "картинных" композиций можно изготовить полезные вещи: закладки для книг, поздравительные открытки.

Фото 3

Создание орнаментов - важная область аппликации, она учит ребенка лучше ориентироваться в пространстве. Элементами орнамента могут служить простые геометрические фигуры, которые легко заготовить, пользуясь линейкой-трафаретом. Украшенный орнаментом прямоугольник бумаги можно украсить детскую комнату, если сделать их двусторонними и подвесить на ниточках.

Раскрашиваем... бумагой

Посмотрите, какие аппетитные овощи положили в корзинку на занятии мозаичной аппликацией ребята из младшей группы УВК № 1679 **(фото 2)**. Эта техника очень полезна для развития мелкой моторики. Вырезанную форму смажьте клеем и попросите ребенка заполнить ее небольшими кусочками цветной бумаги. Это могут быть обрезки, но лучше, если малыш сам заготовит их, порвав бумагу. Полученную деталь приклейте на фон. Вместо цветной бумаги для некоторых работ можно использовать страницы старых журналов, салфетки. Можно наклеивать кусочки сразу на фон, нарисовав предварительно контур фигуры, которую нужно "раскрасить".

Ягодка к ягодке

Это задание для малышей. Не так просто, оказывается, склеить бумажную полоску в колечко! Но если получилось в первый раз, скорее всего, получится и во второй, и в третий. А мама поможет потом превратить колечки в сочную гроздь винограда **(фото 3)**.

Вариант: не получившиеся колечки (склеенные не той стороной) - это капельки. Их можно украсить детскую комнату, если сделать их двусторонними и подвесить на ниточках.

(фото 4). Можно собрать цветок из деталей разного диаметра (самая маленькая должна быть сверху). А подкрутив немного лепестки с помощью карандаша, добьетесь еще большего объема. Украсьте серединку ты-

Фото 5

меченным линиям, немного не доходя до центра круга. Край каждого сектора склейте в виде конуса. Вырежьте из зеленого

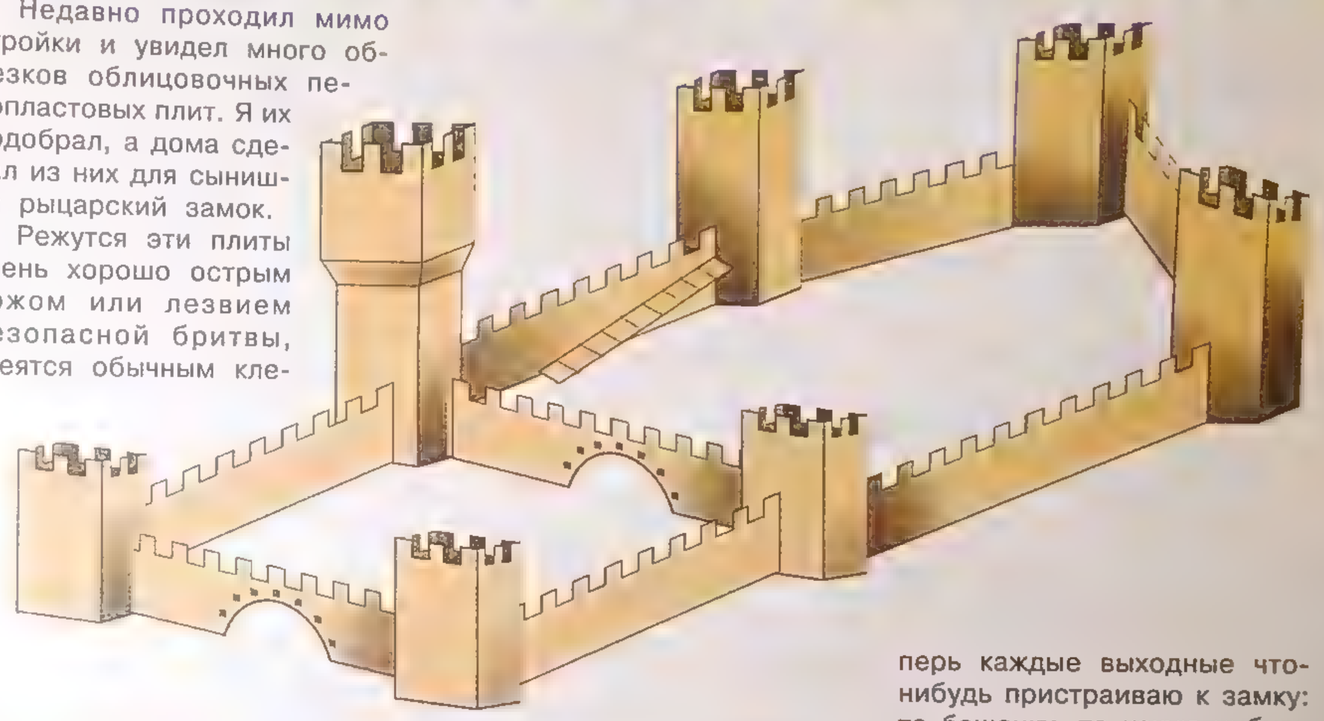
- вырезать полоску, склеить в кольцо, примерить на палец **(фото 6)**.

Вариант: так же можно сделать украшение на карандаш.

Наталия РАЗЛУЦКАЯ.

ЗАМОК ИЗ ПЕНОПЛАСТА

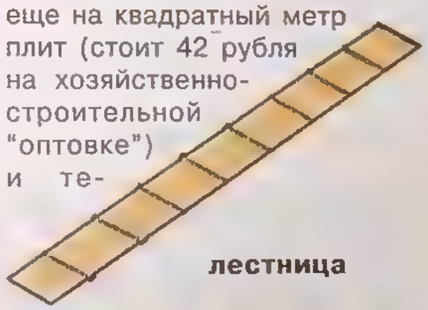
Недавно проходил мимо стройки и увидел много обрезков облицовочных пенопластовых плит. Я их подобрал, а дома сделал из них для сынишки рыцарский замок.



Режутся эти плиты очень хорошо острым ножом или лезвием безопасной бритвы, клеятся обычным клеем ПВА или БФ, а красятся акварелью или гуашью (только не "нитрой" - она пенопласт разъедает). Собирали мы замок на фанерке.

деталь башни

Сейчас сынишка с удовольствием играет в солдатиков-рыцарей в этом замке. А недавно я разорился еще на квадратный метр плит (стоит 42 рубля на хозяйственно-строительной "оптовке") и теперь каждые выходные что-нибудь пристраиваю к замку: то башенку, то какую-нибудь лестницу. Детали и примерный вид замка - на рисунках.


лестница

стена

Дмитрий КОЛОБОВ.
Волгоград.

КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

РАЙСКИЕ СУХАРИКИ

Мне и моим близким очень нравятся салаты с сухариками из черного хлеба. Сухарики можно купить в магазине, можно приготовить самим, но желательно, чтобы они были с требующимся по рецепту привкусом.

САЛАТ "СЫРНЫЙ РАЙ"

200 г твердого сыра натрите на крупной терке, 3 сваренных вкрутую яйца мелко порежьте, 2 небольших соленых огурца порежьте соломкой, добавьте 2 пакетика сухариков со вкусом паприки, рубленую зелень и заправьте майонезом.

САЛАТ "ЗАГАДКА"

200 г свинины нарежьте соломкой, опустите на 3 минуты в кипящую воду, а затем обжарьте на растительном масле, предварительно посыпав молотым красным перцем. Мелко порежьте 2-3 листика салата, яблоко, 2 небольших помидора. Свежий огурец порежьте кубиками. На листья салата выложите пакетик сухариков со вкусом бекона, затем слоями - помидоры, огурцы, яблоко, свинину. Залейте майонезом и дайте немного постоять.

САЛАТ "ВОЛШЕБНЫЕ СУХАРИКИ"

Вам потребуется 2 пакетика сухариков со вкусом грибов, 2 соленых огурца, 150 г вареной колбасы, чеснок по вкусу, майонез.

Колбасу нарежьте мелкими кубиками, огурцы - соломкой. Перемешайте, добавьте сухарики, измельченный чеснок и заправьте майонезом.

Впрочем, для этого салата подойдут и сухарики со вкусом бекона или паприки.

САЛАТ "ЦЕЗАРЬ"

Банку шпрот разомните вилкой. Добавьте 2-3 рубленых зубчика чеснока, мелко порезанное яйцо. Несколько листьев салата нарежьте тонкой соломкой, 80 г твердого сыра натрите на крупной терке. Все продукты перемешайте, добавьте 2 пакетика сухариков со вкусом сыра. Для заправки смешайте пол чайной ложки сухой горчицы, по столовой ложке лимонного сока и яблочного уксуса, 2 столовые ложки растительного масла. Посолите, поперчите по вкусу. Перемешайте и заправьте салат.

САЛАТ "ПРАЗДНИЧНЫЙ"

Мелко порубите 2 яйца, добавьте 300 г натертого твердого сыра, 2 измельченных зубчика чеснока, 250 г нарезанных крабовых палочек, 10-15 нарезанных кружочками оливок без косточек, 3 пакетика сухариков со вкусом копченого лосося. Все перемешайте, заправьте соком половины лимона и майонезом. Поставьте в холодное место на 15 минут. Этот салат также можно приготовить с сухариками со вкусом сыра или паприки.

САЛАТ "ФА-СОЛЬ"

Возьмите 2 банки консервированной фасоли в собственном соку, банку консервированной кукурузы, 3 пакетика сухариков со вкусом салями или паприки, пучок укропа, 3 зубчика чеснока, майонез.

Перемешайте фасоль и кукурузу, предварительно слив жидкость, добавьте сухарики, измельченный чеснок, мелко порезанный укроп. Все перемешайте и заправьте майонезом.

А можно взять сухарики со вкусом чеснока, тогда сам чеснок добавлять не надо.

Валентина НИКУЛИНА.
г. Тулун
Иркутской области.

ТОРТИК НА ЗАКУСКУ

ЗАКУСОЧНЫЙ МЯСНОЙ ТОРТ

Из 3 стаканов муки, 200 г масла, 200 г сметаны и пол чайной ложки соли замесите тесто. [illegible] пять коржей.

[illegible] начинки.

[illegible] начинки возьмите 4 яйца, 2 столовые ложки [illegible] масла, столовую ложку [illegible] столовую ложку [illegible]

Для четвертой начинки разотрите до однородной массы 400 г печеночного паштета, 100 г масла и натертую луковицу.

Для пятой начинки разотрите 3 столовые ложки масла, чайную ложку горчицы, столовую ложку рубленого зеленого лука.

На первый корж выложите пятую начинку, а поверх нее

ПРАЗДНИЧНЫЙ РУЛЕТ

Вам потребуется 600 г говядины, 120 г шпика, 250 г курицы, луковица, морковь, немного мясного бульона, соль, перец по вкусу.

Мясо нарежьте пластинами толщиной 1,5 см, отбейте, посолите, поперчите. Для приготовления фарша шпик и куриное мясо пропустите через [illegible]

ПЕЧЕНЬЕ "СИБИРСКАЯ НЕЖЕНКА"

На 100 г сливочного масла возьмите полстакана сметаны, по стакану сахара, муки и картофельного крахмала, 2 желтка, соду на кончике ножа, цедру и сок половины лимона.

Масло взбейте с сахаром, добавьте желтки, натертую лимонную цедру, сметану, муку, крахмал, соду, гашенную лимонным соком. Замесите тесто и быстро скатайте из него валики длиной 5-6 см, выложите их на покрытый промасленным пергаментом противень и выпекайте в умеренно нагретой духовке до бледно-желтого цвета.

Светлана ГРОМОВА.
пос. Турунтаево, Бурятия

ПЕРЕЧЕНЬ НА ВАШ ВКУС

...пеките пять коржей.

Приготовьте начинки.

Для первой начинки возьмите 4 яйца, 2 столовые ложки сливочного масла, столовую ложку майонеза, столовую ложку рубленой зелени петрушки. Разотрите сливочное масло до консистенции сметаны, добавьте майонез, петрушку и рубленые яйца. Хорошо перемешайте.

Для второй начинки 150 г натертого сыра разотрите с 3 столовыми ложками сливочного масла.

Для третьей начинки вам потребуется 150 г ветчины, 3 столовые ложки сливочного масла, чайная ложка горчицы, чайная ложка рубленой петрушки, перец, соль. Ветчину разотрите в ступе с маслом и горчицей, добавьте петрушку и специи.

Для пятой начинки разотрите 3 столовые ложки масла, чайную ложку горчицы, столовую ложку рубленого зеленого лука.

На первый корж выложите пятую начинку, а поверх нее 150 г тонко нарезанной колбасы. Накройте вторым коржом и выложите на него первую начинку. Придавите третьим коржом, который смажьте начинкой номер четыре. Положите четвертый корж и промажьте его третьей начинкой. Накройте последним коржом, положите дощечку и небольшой груз. На ночь поставьте в холодильник.

Перед подачей промажьте верхний корж второй начинкой и украсьте ломтиками помидоров и огурцов.

соль, перец по вкусу.

Мясо нарежьте пластинами толщиной 1,5 см, отбейте, посолите, поперчите. Для приготовления фарша шпик и куриное мясо пропустите через мясорубку, перемешайте, посолите, поперчите. Любители могут добавить рубленый чеснок. Выложите на ломтики мяса фарш, сверните рулетики. Перевяжите шпагатом, выложите на смазанный противень. Налейте немного мясного бульона, положите нарезанные морковь и лук, запекайте в духовке минут 40.

Тамара КАРАВАЕВА.
г. Кудымкар
Пермской области.

выпекайте в умеренно нагретой духовке до бледно-желтого цвета.

Светлана ГРОМОВА.
пос. Турунтаево, Бурятия.

ПЕРЦЫ НА ВАШ ВКУС

САЛАТ "НА ВАШ ВКУС"

Возьмите банку килек в томатном соусе, 3 сваренных вкрутую яйца, 2-3 соленых огурца или 75 г маринованных грибов, 100 г сыра, полторы головки репчатого лука.

Кильки и желтки разомните вилкой. Грибы или огурцы и белки нарежьте кусочками. Сыр натрите на крупной терке. Целую головку лука мелко порубите. Все продукты соедините и хорошо перемешайте. Выложите в салатник, а сверху разложите нарезанную тонкими полукольцами половинку луковицы.

САЛАТ "ПЕРЦЫ"

У болгарских перцев, желательно разных цветов - красного, желтого, зеленого и оранжевого, срежьте верхушки, удалите семена.

Смешайте брынзу и сливочное масло, взятые в пропорции две трети к одной трети. Добавьте толченые орехи, побольше рубленой зелени петрушки и укропа, перемешайте. Полученной смесью наполните подготовленные перцы. Накройте их срезанными верхушечками и на ночь уберите в холодильник. Утром перцы выньте и острым ножом разрежьте на тоненькие колечки.

Валентина ЛАМШИНА.
г. Междуреченск
Кемеровской области.

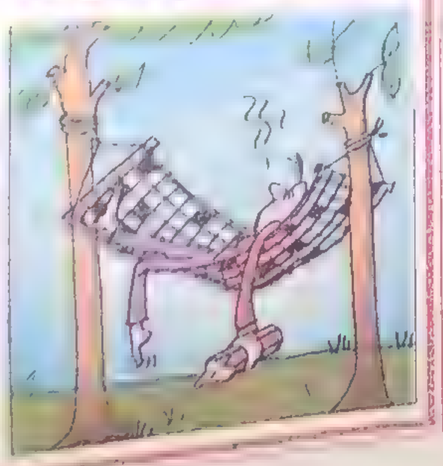
ВОЗЬМИ И ВЫИГРАЙ!

ФАВОРИТ

Только одна газета дает возможность и "оттянуться" за серией кроссвордов, и узнать все самое интересное, самое вкусное из новостей. Только одна газета в награду за ее чтение и разгадывание кроссвордов раздает призы.

Эта газета - "Фаворит".

Вы хотите ее?
Мы ждем вас!



В Объединенном каталоге "Пресса России" (он зеленого цвета) надо открыть 1-й том на странице 127, найти наш индекс - 40856 и оформить подписку. Теперь мы всегда будем в вашем доме.

Ваш "Фаворит".

ХРУСТЯЩИЕ ЯБЛОЧКИ

ОРЕХОВЫЕ ПЛИТКИ

Разогрейте в кастрюле в течение 2-3 минут на слабом огне, постоянно помешивая, 200 г сгущенного молока. Добавьте 350 г натертого шоколада и 25 г мягкого сливочного масла и нагревайте, постоянно помешивая, пока смесь не станет однородной.

Снимите кастрюлю с огня и переложите массу на смазанный противень. Дайте немного остыть, разрежьте на квадраты и украсьте половинками грецких орехов. В результате у вас получится 500 г угощения.

ПЕЧЕНЫЕ ЯБЛОКИ

На 8 больших яблок возьмите 8 чайных ложек желе красной смородины, 4 столовые ложки сахара, щепотку корицы, по 50 г сливочного масла и толченых миндальных орехов.

У целых яблок удалите сердцевинку. Противень или сковороду смажьте жиром и разложите на нем яблоки. Наполните их желе, посыпьте смесью сахара и корицы, сверху положите миндаль и кусочки масла. Выпекайте 20 минут.

ГЛАЗИРОВАННЫЕ ЯБЛОЧКИ

Вымойте и обсушите 4 яблока. Вместо черешков вставьте деревянные палочки - зубочистки. В кастрюльку положите 4 столовые ложки сахарного песка, 400 г кускового сахара, по чайной ложке красного пищевого красителя, ванилина, столового уксуса. Долейте 0,5 л воды и варите на слабом огне до получения густого сиропа. Затем кастрюлю с сиропом поставьте в миску с холодной водой, а яблоки, держа за деревянные палочки, опускайте в сироп так, чтобы они покрылись густым слоем глазури. Затем выложите яблоки на тарелку, посыпанную сахарной пудрой, и дайте глазури застыть.

Зоя КОНОПЛЕВА.
пос. Степной
Красноярского края.

ТОРТ "ГЕРКУЛЕС"

Вам понадобятся 2 яйца, 100 г маргарина, стакан сахарного песка, ваниль, щепотка соли, 2 стакана овсяных хлопьев "Геркулес".

Яйца разотрите с размягченным маргарином, добавьте сахар, размешайте, постепенно добавляя ванилин, соль и подсушенные хлопья "Геркулес". Выложите на выстланную промасленной бумагой сковороду и выпекайте в разогретой до 200 градусов духовке.

Светлана РЕМАРЧУК.
д. Большая Ерзовка
Свердловской области.

ИЩИ МЕНЯ НА ДНЕ МОРСКОМ

Разнообразить традиционное заливное помогут желатин, фантазия и... фрукты.

ТЕЛЬНОЕ ЗАЛИВНОЕ ИЗ СУДАКА

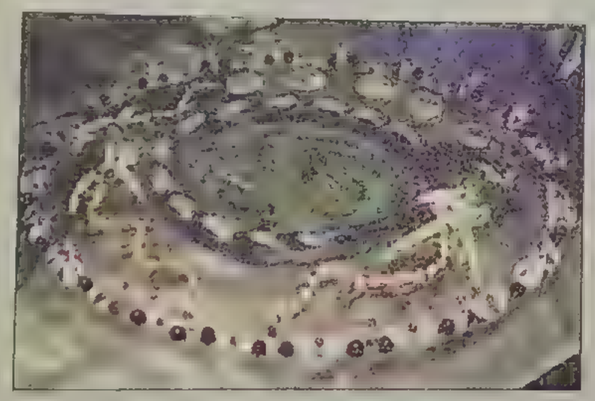
На 500 г мякоти судака (можно взять филе любой, даже морской, рыбы) - 100 г белого хлеба, луковица, 2 сырых яйца, перец, соль и зелень по вкусу, полстакана молока.

Мякоть рыбы мелко рубят или пропускают через мясорубку, смешивают с размоченным в молоке белым хлебом, мелко нарезанной луковицей, сырыми яйцами, перцем и солью. Наполняют этим фаршем продолговатый мешочек из марли, зашивают и варят в соленой воде с прибавлением лаврового листа и зелени 30-35 минут. Вынимают тельное из мешочка, выкладывают на блюдо, украшают кружочками свежего киви, заливают прозрачным рыбным желе и охлаждают.

Как это сделать? Прибавьте в отвар замоченный желатин (20 г на 2 стакана воды), подогрейте, процедите, осторожно - в два приема - вылейте на украшенное киви тельное.

Вообще стеклянная посуда для заливного и желе может быть использована очень оригинально. Блюдо, поставленное на стаканы, наполненные ягодами калины и сосновыми веточками, подчеркнет необычность кушанья. Впрочем, кто сказал, что стаканы непременно должны быть пустыми? Минеральная вода, морс, а то и покрепче напиток вполне могут сопровождать кушанье... А вот традиционный гарнир - ломтики вареного картофеля, мелко изрубленные яйца, огурцы, маринованные грибы и оливки - подается отдельно.

"МОРСКОЕ ДНО"



Если у вас дома найдутся плоские стеклянные блюда, это легко можно приготовить. Основа та же - рыбный бульон. На 10 пескарей (или одного среднего карпа, или полкилограмма морской рыбы) возьмите луковицу, 2 стакана воды, столовую ложку уксуса, 20 г желатина, соль и зелень по вкусу. А вот дальше - вариации. На 10 пескарей - столовую ложку готового хрена и 2 столовые ложки сахара. Для карпа - 5 зерен перца, пол чайной ложки сухого шафрана, 2 столовые ложки изюма. Для морской рыбы - непременно лимон.

Рыбу очищают, потрошат, отрезают головки, моют, заливают водой, прибавляют луковицу, соль и варят (10-15 минут пескарей, 20-25 - карпа или морскую).

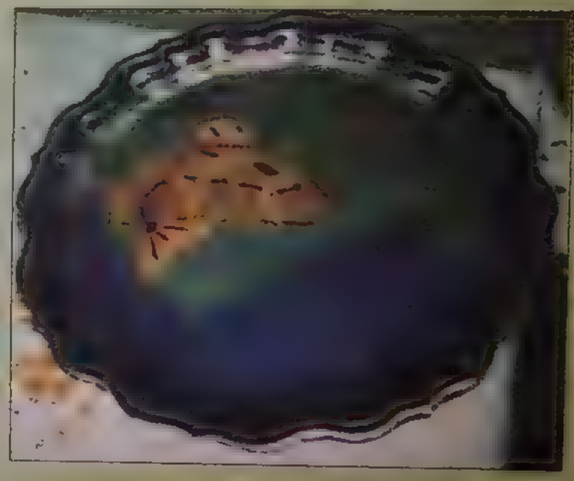
Чтобы желе получилось вкусным, в кастрюлю с карпом кладут лук кольцами, петрушку, укроп, эстрагон, перец, вливают воду, уксус. Через 20 минут рыбу вынимают, а в отцеженный отвар прибавляют шафран, размоченный в воде желатин, доводят до кипения, заливают.

Вариант 1. На дно посуды в центре укладывается консервированный зеленый горошек. Рыбный бульон с разведенным в нем желатином покрывает горошек вместе со "случайно" попавшими на дно креветками, мидиями в раковинах (не переборщить!). Креветки могут изящно выставлять спинки из желе, "прыгая в воду" с экзотических "островков" из кружочков лимона, листа салата. В неостывшее еще блюдо аккуратно опустите маленькие букетики калины, полоски красного перца. Впрочем, "дно" может быть и совершенно голым. В этом случае, когда желе остынет, украсьте его белой фасолью с мидиями, креветками, кусочками лимона, фруктами и отварной цветной и брюссельской капустой, кусочками рыбы. А сверху осторожно вновь полейте бульоном с желатином так, чтобы "украшения" утопали в нем наполовину.

Вариант 2. Простой. Обложенного размоченным изюмом и украшенного зеленью карпа (кусочки филе) заливают отваром и охлаждают.

Рекомендации. Морепродукты, чтобы не испортить вкус, советуем отварить отдельно. Тем более что многие из них и так варено-мороженые, их достаточно подержать в кипятке со специями 2-3 минуты. Для блюда с пескарями, после того как рыбу сварите, в бульон добавьте уксус, сахар, рубленую зелень петрушки, размоченный желатин. Доведите до кипения и процедите. Половину бульона выливают в блюдо, охлаждают, укладывают кусочки рыбки, ломтики лимона, вареной моркови и заливают оставшимся желе, вновь охлаждают, посыпают рубленой зеленью. Отдельно подают хрен с уксусом.

"РЕЧНОЕ ДНО"



Овладев вышеизложенной кулинарной технологией, его вы приготовите совсем быстро. Секрет - только в посуде. Если у вас есть красивый разноцветный поднос с узорами - его вы и используете для "речного дна". Главное - вкусный бульон. А рыбку из кусочков отварного филе (или ломтик копченой или соленой осетринки, толстолобика и т.д.) вы элегантно разместите так, чтобы "хвостик" слегка выглядывал из воды. После первых двух блюд вы стали такими мастерами!

Виктория ТИМОШЕНКО,
преподаватель Краснодарского профессионального лицея № 75,
заслуженный учитель России

Если мы любим хорошо поесть, а потом переживаем,

КРОЛИКИ ПОД СОУСОМ

Все мы любим хорошо поесть, а потом переживаем, откуда взялись лишние килограммы. Вот я и хочу предложить несколько рецептов вкусных и несложных в приготовлении блюд, к тому же содержащих очень немного калорий.

ВКУСНЫЙ ОБЕД, А КАЛОРИЙ НЕТ

ЗАКУСКА "ПИСЬМО В КОНВЕРТЕ"

Среднюю морковь вымойте, почистите, натрите на крупной терке и обжарьте на растительном масле. 200 г шампиньонов почистите, отварите до готовности, нарежьте ломтиками. Две луковицы мелко порежьте и вместе с грибами обжарьте на растительном масле. Смешайте с морковью. Добавьте зелень по вкусу. На пару минут опустите в кипящую подсоленную воду 8 капустных листьев. Затем выньте, немного отбейте, срежьте толстые прожилки. На каждый лист положите немного фарша. Заверните конвертиками и обжарьте на растительном масле.

КАПУСТНЫЕ ТРУБОЧКИ

Протрите через сито 300 г творога, добавьте мелко порезанные петрушку и укроп, 3 измельченных дольки чеснока, соль, перец по вкусу, 3-4 столовые ложки майонеза. Все перемешайте, выложите на ошпаренные капустные листья, сверните трубочки и перевяжите их перышками зеленого лука.

ЗАПЕЧЕННЫЕ КАЛЬМАРЫ

Вам потребуются 4 тушки кальмаров, 2-3 морковки, 4 луковицы, [illegible] любого твердого сыра, 500 г [illegible] растительное масло.

На сковороду, смазанную маслом, выложите слой очищенных и нарезанных квадратиками кальмаров, на них - слой натертой моркови, третий слой - порезанный кольцами лук, на него - тертый сыр. Солить не нужно. Все залейте майонезом (старайтесь покупать низкокалорийный) и поставьте в духовку на полчаса.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ТВОРОГОМ

На 1 кг сладкого перца возьмите 300 г творога, 2 яйца, 300 г помидоров, полстакана растительного масла, зелень петрушки, соль по вкусу.

Перец вымойте, очистите от семян и плодоножек. Творог смешайте с яйцами и половиной очищенных от кожуры нарезанных помидоров. Добавьте мелко нарезанную зелень.

Перцы слегка посолите изнутри, наполните подготовленной смесью и выложите на противень, смазанный маслом. Между перчиками проложите кусочки помидоров. Полейте все сверху растительным маслом и запекайте в духовке при умеренной температуре.

Юлия КУЗНЕЦОВА.
г. Жердевка
Тамбовской области.

КРОЛИКИ ПОД СОУСОМ

КРОЛИК, ТУШЕННЫЙ С ЧЕРНОСЛИВОМ

Приготовьте маринад из 1 л двухпроцентного уксуса, соли и сахара, взятых по столовой ложке, лаврового листа, перца горошком, репчатого лука, нарезанного кольцами, измельченных моркови и корня петрушки или сельдерея. Тушку кролика разрубите на кусочки, залейте маринадом и оставьте на сутки. После этого обжарьте замаринованные кусочки мяса, сложите в сотейник, залейте небольшим количеством кипятка. Следующим слоем выложите чернослив без косточек и тушите до полной готовности мяса.

Вместо чернослива можно взять сырые овощи - картофель, морковь, кабачки.

БИТОЧКИ ИЗ КРОЛИКА И СВИНИНЫ

К отделенному от костей мясу кролика добавьте 200-300 г жирной свинины, четверть размоченного в молоке белого батона, луковицу и все пропустите через мясорубку. Посолите, добавьте сырое яйцо. Перемешайте. Из полученной массы сделайте биточки, запанируйте в сухарях и поджарьте. Подавая на стол, полейте сметанным соусом.

Для его приготовления возьмите на стакан сметаны пол столовой ложки пшеничной муки, столовую ложку сливочного масла, перец и соль по вкусу. Слегка подсушите на разогретой сковороде пшеничную муку, засыпьте ее в подогретую сметану, тщательно перемешайте и, прокипятив, добавьте перец и соль.

Есть и другой вариант приготовления соуса. Слегка поджарьте на сливочном масле муку, разведите ее горячим мясным бульоном или водой, добавьте сметану и прокипятите на слабом огне 10 минут. Снимите, посолите, процедите соус через марлю, добавьте сливочное масло и перемешайте. Норма продуктов такая же, как и в первом варианте.

Светлана СИМАНОВА.
пос. Ладва, Карелия.

ПИРОЖКИ БЕЗ ХЛОПОТ

Я хотела бы поделиться хорошим рецептом дрожжевого теста. Делается оно без особых хлопот, а пирожки получаются вкусными и мягкими.

Замесите тесто из 2 стаканов теплой воды, стакана растительного масла, столовой ложки сахара, чайной ложки соли, 50 г дрожжей, 1,2 кг муки.

Хорошо вымесите тесто и поставьте в теплое место на 1,5-2 часа. Приготовьте любую начинку (я обычно делаю с картошкой или повидлом), слепите пирожки и жарьте в растительном масле.

Нонна ФОМИНА.
г. Новочеркасск
Ростовской области.

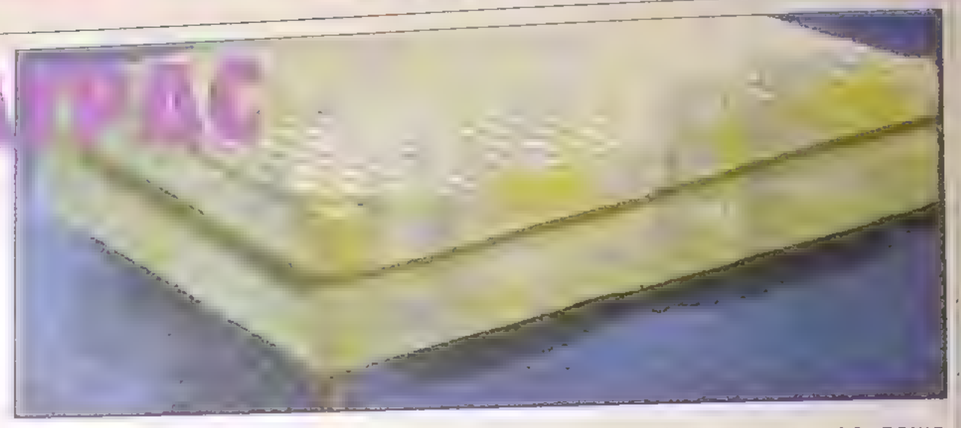
ЖАРЕНКА

600 г говядины нарежьте кусочками по 100 г и обжарьте. По отдельности пожарьте 800 г картофеля, морковь, 2 головки репчатого лука, 60 г предварительно замоченных и отваренных сушеных грибов.

Все продукты сложите в чугунок или кастрюлю, залейте бульоном, в котором варились грибы, так, чтобы бульон не покрывал продукты, а был с ними на одном уровне. Добавьте 50 г сметаны, соль, перец, другие специи и пряности на ваш вкус, закройте крышкой и тушите до готовности. Подавая на стол, посыпьте петрушкой и укропом.

Лидия ЛУШНИКОВА. г. Куртамыш Курганской области.

А У НАС ТЕПЕРЬ МАТРАС



Иные производители рекламируют свои матрасы как лечебные, способные избавить от некоторых недугов. Однако специалисты в области ортопедии заявляют, что термин "ортопедический матрас" условный. Неважно, как называется модель, главное - чтобы ваше ложе имело ровную гладкую поверхность, было достаточно жестким и упругим. Задача хорошего матраса - максимально разгрузить позвоночник во время сна, обеспечить комфортный отдых.

Основа многих современных матрасов - это блок пружин "боннель". Их конструктивная особенность - последовательное уменьшение радиуса опоры витка, что создает оптимальную систему распределения веса тела и в то же время не позволяет пружинам соприкасаться, тереться друг о друга и скрипеть.

Основа может состоять и из блоков независимых пружин. Они меньшего диаметра - две-три такие пружины заменяют одну пружину "боннель". Еще более совершенная разработка - "мультипакет". Это блок независимых пружин еще меньшего диаметра. Они заключены в отдельные матерчатые чехлы и сшиты между собой. Понятно, что матрас на такой основе отличается более высокой плотностью.

Пружины выполняют лишь распределительную функцию. Жесткость же матраса зависит от верхних слоев "начинки". В качестве прослоек в современном матрасе используются самые разнообразные матери-

[illegible] смесь натуральных [illegible] и шерстяных волокон [illegible] жестким - с применением обработанный другим [illegible] спанбондом; толщ[illegible]

Спанбонд - нетканое синте-

Для того чтобы кокосовое волокно не рассыпалось и не щетинилось сквозь чехол, его подвергают специальной обработке. Наиболее качественной считается латексная пропитка, но матрасы с ней стоят дороже.

Морские водоросли - этот наполнитель особой функциональной нагрузки не несет. Это, скорее, изюминка в матрасном "бутерброде", которая, к слову, удорожает изделие

Обычно матрас включает два-три, а то и четыре наполнителя - ведь у каждого из них своя роль.

Все матрасы типа "сандвич" условно можно разделить на три группы

Так называемые ортопедические основаны на пружинах "боннель". Эта система пружин позволяет поддерживать тело в анатомически правильном положении, обеспечивает оптимальную упругость ложа. Пружины могут быть укутаны в несколько слоев различных наполнителей, отчего во многом зависит жесткость матраса. Так, дополнительную жесткость ложу придает слой меру, козьей шерсти или конского волоса.

Чехлы для матрасов радуют глаз разнообразием цветочных орнаментов и иных рисунков, богатством цветовой гаммы.

Сегодня для чехлов используется в основном жаккард - плотная матрасная ткань, состоящая из смеси хлопка с полиэстром. Последний придает ткани дополнительную прочность, уберегает

от усадки. Специально для обивки матрасов предназначен нетканый материал на

тается, что качественная стежка, которая продлевает срок эксплуатации чехла, должна быть достаточно мелкой, с размером ячейки не более двух квадратных дециметров. Лучше, если стежка будет выполнена нитками. Иные варианты, к примеру простежка пластмассовыми скрепками, менее желательны. В таких случаях поверхность матраса украшают пластмассовые пуговицы, со временем они могут протереть ткань, и чехол пойдет дырами.

Современный матрас, как бы дорого ни стоил, вряд ли перейдет в наследство детям и внукам - это не бабушкина пе-

положить на супружеское ложе один матрас на двоих, то предварительно вместе встаньте на весы. Перевалило за сто? Значит, у матраса есть шанс выйти из строя раньше положенного срока.

Матрасы выбирают исходя из их жесткости. Именно поэтому почти в каждом магазине вам предложат посидеть, а то и полежать на образце. Не упускайте такой возможности. Конечно, пяти минут недостаточно, чтобы определить, насколько комфортно будет спать на нем, но кое-что о своей будущей покупке вы все же узнаете.

- Если у вас нет проблем с позвоночником, то выбор модели матраса зависит лишь от толщины кошелька и вашего представления о комфортности ложа. Постоянному посетителю ортопедического кабинета стоит предварительно посоветоваться с врачом и выбирать среди жестких видов матрасов.

- Ребенку приглядывайте модель пожестче - растущему организму нужна ровная и крепкая основа.

- Определить качество матраса при покупке непросто тем более если вы делаете заказ и готовое изделие привозят на дом. Но попробовать стоит. Поставьте матрас к стене под [illegible] лом не более 45 градусов. Хороший матрас должен [illegible] держать форму, не прогиб[illegible] под собственной тяжестью

Волок - смесь натуральных хлопковых и шерстяных волокон. Он бывает жестким - с применением термической обработки, армированный другим материалом - спанбондом; толстый белый.

Спанбонд - нетканое синтетическое полотно, отличающееся гигроскопичностью и высокой плотностью. Способствует равномерному распределению нагрузки, придает дополнительную прочность.

Струтофайбер - упругий и мягкий современный материал, обладающий теплозащитными и звукопоглощающими свойствами.

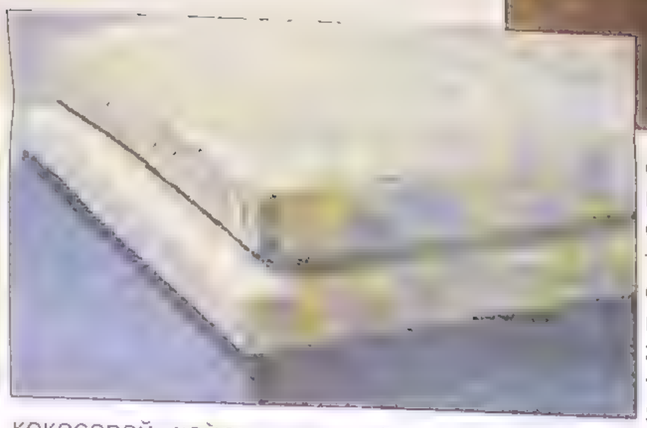
Выдерживает сильное продолжительное давление, имеет дополнительный подпружинивающий эффект.

Ватин - 100-процентный хлопковый материал, который чаще всего используется в простеганных матрасах.

Латекс - вспененный сок каучукового дерева. Благодаря

специальной обработке приобретает микропористую структуру, напоминающую пчелиные соты. Он устойчив к воздействиям внешней среды и термостабилен.

Койра - кокосовое волокно. Не боится никакой влажности, на протяжении многих лет сохраняет упругость и жесткость.



кокосовой койры, который, как правило, кладется непосредственно на пружины. Койру могут смягчать слои спанбонда, струтофайбера, ватина. Чем этих слоев меньше, тем жестче матрас.

Матрасы, основанные на независимых пружинах, или "мультипакетах", принято называть анатомическими. "Мультипакеты" гораздо меньшего диаметра, чем пружины "боннель", и поэтому без труда повторяют контуры вашего тела, что способствует максимальному расслаблению. Такие матрасы обычно относятся к разряду мягких или умеренно жестких. Последнее качество обеспечивает слой койры.

Есть и вовсе беспружинные модели, основанные не на металлическом, а на так называемом кокосовом пружинном блоке. Наиболее жесткий в данной группе - матрас, основную часть которого составляют кокос-монолит и кокосовая койра, обернутые тонкими слоями струтофайбера и ватина. Такой матрас, скорее всего, оценят те, кто предпочитает спать на досках.

Беспружинные матрасы могут быть и более демократичными по жесткости в том случае, если сравнительно тонкий слой кокосовой койры облачен во вспененный латекс или струтофайбер с дополнением, к при-

от усадки. Специально для обивки матрасов предназначен нетканый материал на основе вискозы (70 процентов вискозы и 30 процентов полиэстра) под названием Stitch bond.

Чехол может быть съемным, что весьма радует многих покупателей. Еще бы: при необходимости его можно снять и отправить в химчистку. Однако, если после такой процедуры чехол даст усадку даже на сантиметр, натянуть его на матрас будет проблематично.

Еще один минус: модели матрасов со съемными чехлами обязательно имеют по периметру так называемую поролоновую коробку. Но поролон со временем проседает, а значит, чехол начнет "гулять" и морщиниться.

Несъемный чехол хорош тем, что сидит на матрасе как влитой. Это, безусловно, удобно, но как избавляться от случайных загрязнений?

Чехлы могут быть простеганными и нет. Непростеганный быстро потеряет внешний лоск - под действием нагрузок ткань вытянется, начнет морщиниться. Кроме того, со временем свой характер покажет верхний слой "начинки", будь то ватин, овечья шерсть или поролон. Любой материал имеет свойство сваливаться, проседать, то есть менять свои объем и форму, и вы почувствуете это собственной кожей в полном смысле этого слова.

Если уж чехол простегивают, то при этом захватывают верхний слой ватина или иного материала, выполняющего роль верхнего слоя, - это придает чехлу дополнительную прочность, предохраняет от сваливания.

Но стежка стежке рознь. Счи-

Современный матрас, как бы дорого ни стоил, вряд ли перейдет в наследство детям и внукам - это не бабушкина перина на лебяжьем пуху... Срок годности его оговорен в 10-15, максимум 20 лет. Как считают специалисты, большей долговечностью отличаются беспружинные матрасы и на основе независимых пружин. Матрасы с основой из пружин "боннель" - более нежные создания. Они выдерживают в среднем вес около ста килограммов. Вот и считайте: если вы планируете

раса при покупке непросто, тем более если вы делаете заказ и готовое изделие привозят на дом. Но попробовать стоит. Поставьте матрас к стене под углом не более 45 градусов. Хороший матрас должен идеально держать форму, не прогибаясь под собственной тяжестью.

- Чтобы дорогостоящее изделие служило как можно дольше, производители рекомендуют не давать ему покоя и каждые три месяца переворачивать. Вначале его следует повернуть на 180 градусов, затем перевернуть его так, чтобы та сторона, на которой вы спали, теперь покоилась на основе, а еще через три месяца опять повернуть на 180 градусов.

ДОГОВОР РЕНТЫ НАДЕЖНЕЕ ЗАВЕЩАНИЯ

Я давно ухаживаю за престарелой тетей, часто помогаю ей деньгами. Тетя живет в отдельной квартире и недавно сказала, что оставит мне ее в наследство, написав завещание. Однако я читала, что в таких случаях лучше заключить договор пожизненного содержания. Как мне поступить?

Светлана МАТВЕЕВА. Рязань.

Действительно, в вашем случае договор пожизненного содержания с иждивением предпочтительнее. Дело в том, что свое завещание человек может в любой момент отменить или изменить. Причем он вправе никого не ставить об этом в известность. В то же время при заключении упомянутого договора пожизненного содержания с иждивением (или договора ренты) согласно статьям 601-605 Гражданского кодекса РФ собственность на квартиру переходит к плательщику ренты, то есть к вам. Правда, после соответствующего оформления в органах по регистрации прав на недвижимость и сделок с ней.

Распоряжаться квартирой при жизни рентополучателя новый собственник может только с его согласия. Кстати, такой договор перед регистрацией необходимо нотариально удостоверить.

Расторгнуть его рентополучатель может лишь в случае невыполнения плательщиком ренты своих обязательств и только через суд. Поэтому, например, если по условиям соглашения вы должны ежемесячно выплачивать своей родственнице определенную сумму, лучше это делать через банк, перечисляя на ее сберкнижку деньги. И обязательно сохраняйте все платежные документы.

Полоса подготовлена при участии экспертов журнала "Спрос" и юристов кафедры "Правовые основы экономики" МГТУ "СТАНКИН"

ПОПЕЙ ЧАЙКУ - СУДЬБУ УЗНАЕШЬ

Я слышала, что существует способ гадания по чаинкам. Расскажите, пожалуйста, о нем. А то я кофе не пью, а погадать иногда хочется.

Наталия К.
Пенза.

Для того чтобы гадание было успешным, заварите крепкий чай, дайте ему настояться и маленькими глотками выпейте половину. Оставшийся чай взболтайте, поставьте чашку так, чтобы ручка была слева, и внимательно присмотритесь к тому рисунку, который образуют чаинки.

Как правило, это линии или какие-то образы. Причем чем больше фигура, тем более значимо ожидающее событие. В первую очередь постарайтесь выделить основную (самую крупную и четкую) фигуру, а затем уже второстепенные - более мелкие и расплывчатые. Другими словами, строить предсказание нужно на основе более крупного символа, остальные же будут лишь дополнять и конкретизировать его.

Очертание собаки предвещает встречу и помощь друга; трезубец или корона означает власть, повышение на службе; солнце или просто круг - большую удачу; треугольник, подобие башмака или любой другой обуви - к переменам в личной жизни; стрела - происки недоброжелателей; цветок - к подарку. Линии из чаинок, расположенные слева от ручки, сулят путешествие, расположенные справа - появление неожиданного гостя.

В принципе же значения символов в большинстве случаев совпадают с толкованиями сонника.

Большое значение имеет и то, где расположен рисунок.

Если фигура располагается слева от ручки, то вы являетесь активным участником в развитии событий, если справа - то все произойдет по воле судьбы и вам даже не следует вмешиваться.

Чем ближе фигурка к ручке - тем быстрее сбудется предсказание. Чем ближе к донышку - тем больше удалено событие во времени.

Александра ИЛЬИНСКАЯ,
ворожея.

ИЩУ РАБОТУ...

- Ну никак не могу найти работу, - как-то пожаловалась приятельница. - Уже полгода бегаю, столько собеседований прошла, но почему-то никуда не берут. Не понимаю, что во мне не так? Может, нужно себя как-то по-другому вести, по-другому говорить или выглядеть?..

Прежде чем вы вплотную займетесь поисками работы, обязательно определите для себя, чего вы от этой самой работы хотите. Может быть, вам нужна эта работа для того, чтобы удачно выйти замуж, успевать забирать ребенка из школы или решить другие личные проблемы. А возможно, вам просто выгодно проявить свою квалификацию или научиться

случае, если она у вас большая, поставьте на пол. Сидите спокойно, в комфортной для вас позе, не крутите кольца на руках, не чешитесь, не поправляйте волосы и одежду - ваши жесты будут истолкованы как неуверенность, как неумение себя вести или как излишняя напряженность, эмоциональность.

Обязательно большую часть времени в ходе разговора смотрите своему собеседнику в гла... установите и поддерживайте именно этот контакт. Взгляд на говорящего означает

шлой работе я продавал десять компьютеров в день при плане пять"

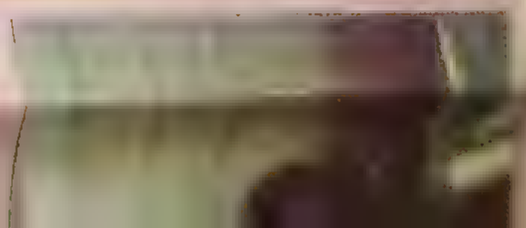
Старайтесь избегать отрицательных выражений - не "я никогда не болею и поэтому не пропускаю работу", а "я здоров и всегда присутствую на работе". Дело в том, что частица "не" не доходит до подсознания, и в подсознании работодателя останется исключительно негативная информация о вас. Вообще старайтесь избегать негативной информации о себе. Не стоит долго и подробно отвечать на вопрос, почему вы ушли с прошлого места работы, рассказывать о затяжном конфликте с начальником. Первая мысль у менеджера по персоналу будет такая: мы его возьмем, а он нам склоки будет устраивать... Лучше назвать другую причину: не устраивали оплата, отсутствие карьерного роста.

Помните, что лишние проблемы никому не нужны. На работу хотят брать людей успешных и благополучных. Поэтому не стоит жаловаться на бедность, больную мать, жуткие жилищные условия и пьяницу мужа.

При завершении собеседования обязательно задайте несколько вопросов - о фирме, об отделе, где вам предстоит работать, о задачах, которые будут перед вами стоять. Но не спешите обсуждать вопрос зарплаты, хотя он для вас и очень важен. Обычно работодатель сам поднимает этот вопрос. В заключение обязательно попрощайтесь, поблагодарите за беседу, узнайте, когда вам ждать звонка.

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.

И УВЛЕЧЕНИЕ, И ЛЕЧЕНИЕ



...ые проблемы. А возможно, хотите просто выгодно про... свою квалификацию или ...ться опыта, научиться ... новому. Вы должны ... четко понимать, иначе недовольство новым местом работы будет расти, и в итоге будете скакать с места на место, не понимая, почему это происходит.

Допустим, вас уже пригласили на собеседование именно в то место, которое, по вашим понятиям, вам подходит. Договариваясь о встрече по телефону, будьте кратки и вежливы, не пускайтесь в рассуждения о том, что в это время вы прийти не можете, потому что болеет ребенок или день рождения у подруги. Обязательно следите за своей интонацией - она должна быть благожелательной, в ней должна сквозить заинтересованность.

Как следует вести себя на собеседовании? Во-первых, даже если вы привыкли не вылезать из джинсов, обязательно наденьте костюм или строгое платье нейтральных тонов. Никаких излишеств в украшениях и косметике, никакого "творческого беспорядка" на голове. Работодатель в первую очередь будет оценивать вас "по одежке". Помните о правиле первых минут. Очень многие менеджеры по персоналу говорят о том, что на самом деле чаще всего принимают решения именно в первые минуты. Поэтому, войдя в кабинет, улыбнитесь, поздоровайтесь, узнайте, куда можно присесть. В общем, демонстрируйте вежливость и доброжелательность.

Обязательно сядьте так, чтобы вам было удобно: не ставьте сумку к себе за спину или на ... придаст вашей ... Лучше по... в крайнем

...женность, эмоциональность.

Обязательно большую часть времени в ходе разговора смотрите своему собеседнику в глаза, устанавливайте и поддерживайте именно этот контакт. Взгляд на говорящего означает не только заинтересованность, но и сосредоточенность на том, что нам говорят, а это приятно.

Следите за своей интонацией. Человек чаще слушает не что говорят, а как говорят. Громкий голос часто вызывает желание отодвинуться, тихий воспринимается как неуверенность в себе.

В то время, когда говорит ваш собеседник, слушайте его очень внимательно - в ваших глазах должен сквозить искренний интерес, можно кивать головой в такт его словам. Обязательно повторяйте те же фразы и выражения в своей ответной речи, которые употребляет работодатель: на подсознательном уровне ему будет это приятно, он начнет вас воспринимать как "своего". У психологов это называется "семантическим отзеркаливанием" и является одним из важных средств умения поддерживать контакт.

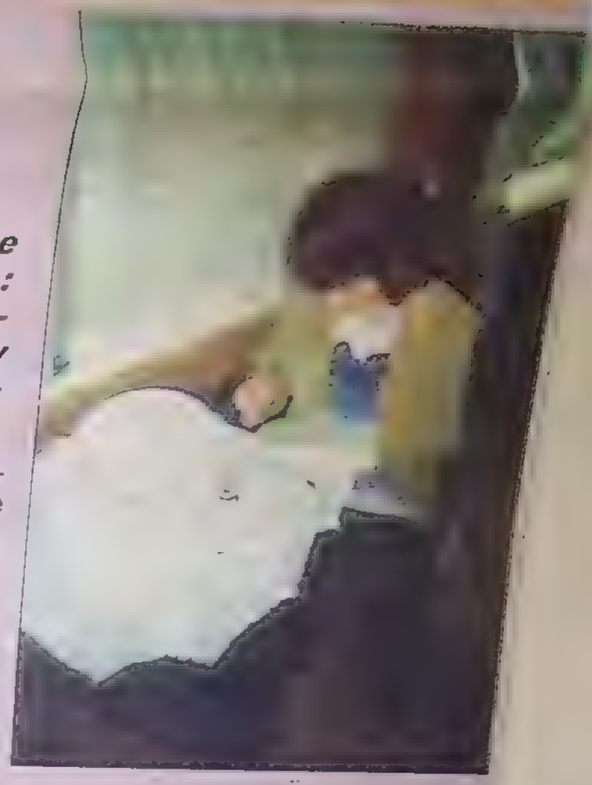
На вопросы отвечайте четко и по существу. Не разглагольствуйте о том, о чем работодатель вас вовсе и не спрашивал, не обрастайте деталями и ненужными в данный момент подробностями. Здесь проявляются такие ваши качества, как уровень интеллекта, умение логически мыслить, структурировать и организовать свою речь, коммуникабельность.

Рассказывая о себе, делайте упор на свои достижения: где, чего и как вы достигли. Хвалить себя, конечно, нужно, но не общими словами ("я хороший, умный, организованный, успешный"), а обязательно приводить вполне конкретные примеры. Если вы занимаетесь продажами, вместо "я хороший продавец" можно сказать так: на про-

...психолог.

И УВЛЕЧЕНИЕ, И ЛЕЧЕНИЕ

Почему в наше время, когда практически все можно купить, люди не перестают рукодельничать: вяжут, шьют, лепят, столярничают?.. Причина, наверное, не только в том, что "голь на выдумку хитра". Рассказывает врач-психотерапевт Александр РАЗЛУЦКИЙ.



История человечества - это история отчуждения человека от природы и мира в целом. За блага цивилизации мы расплачиваемся комплексом неполноценности. В вечном поиске гармонии с окружающей средой люди идут разными путями. Одни адаптируются к тем условиям, в которые попали, не пытаясь что-либо менять: "Привычка свыше нам дана, замена счастию она". Другие находят удовлетворение в деятельности: задумывают, осуществляют, радуются результату, если он соответствует поставленной цели. Третьи пытаются преобразовать окружающую среду путем творческого созидания или разрушения. Не важно, что мы делаем, важно, как к этому относимся. Например, можно готовить еду, скрупулезно придерживаясь рецепта из кулинарной книги, или, повинуясь вдохновению, создать свое оригинальное блюдо. То же и с музыкой, и с рукоделием.

Депрессия - болезнь века. Две трети человечества страдает депрессией в той или иной степени. Когда человек болен, ему плохо и нет дела ни до чего, главное - выжить. После того как удалось выкарабкаться из этой трясины, мои пациенты спрашивают: "Что дальше?" Очень важно нащупать твердую почву под ногами, найти прочную надежную опору. Такой опорой, помощью в профилактике неврозов и депрессии, а также отдушиной в нашем рациональном мире может служить творчество.

В отличие от целенаправленной деятельности творчество самоценно, то есть человек получает удовлетворение от процесса, не представляя четко конечный результат. На первое место выходит бессознательное, человека наполняет состояние покоя, чувство слияния с миром: "Все во мне, и я во всем". Эта установка делает человека здоровым, полным творческих идей. Творчество и религия становятся единым целым в душе человека. Это спонтанное проявление человеческой сущности. Разуму только остается оценивать и дорабатывать продукт творчества.

Чтобы начать творить, нужно усвоить образец активности человека творящего; сначала подражая, выйти на новый уровень и двигаться дальше самостоятельно. К сожалению, в школе этому почти не учат, упор делается на целенаправленность: запомните формулу, подставьте в нее данные - задача решена. Поэтому многие даже не подозревают, какой источник радости скрыт внутри них. Обращайте внимание на нестандартные решения во всем: одежде, интерьере, кулинарии. Не бойтесь пытаться воплотить в жизнь кажущиеся на первый взгляд утопическими идеи. К примеру, соскучился человек по лету, по зелени, по нежному журчанию родника... И создал на полу городской квартиры островок природы. Этот "прудик" полностью сделан своими руками из овального тазика, кашпо, мешковины, камней, монтажной пены, кофейной гущи, корма для попугаев. Движение воды задает механизм небольшого покупного фонтанчика, который стоит недорого и трансформирован по своему вкусу.

АРХИТЕКТОР ИЛИ ВРАЧ?

Конечно, всем нам было очень трудно выбрать профессию. Особенно когда тебе 15-16 лет и ты толком ни об одной профессии ничего не знаешь. Вроде хочется быть врачом, но только при виде крови тебе уже становится не по себе. Наверное, неплохо бы стать педагогом, только вот уж больно раздражают шумящие дети. Инженер - тоже хорошая профессия, но ты никогда не пробовал чертить. Продолжать можно очень долго. Однако задача сильно упростится, если ты для начала определишься, какой тип профессии для тебя более привлекателен.

Первый тип ("П") - "Человек - природа", то есть работа, связанная с растениями, животными, микроорганизмами. Это такие специальности, как врач, ветеринар, лесник, биолог, зоотехник и так далее.

Второй тип ("Т") - "Человек - техника", то есть работа связанная с созданием или обслуживанием каких-либо технических средств. Выбор профессий в этой группе очень велик - от инженера-конструктора до автослесаря.

Третий тип ("З") - "Человек - знак", отдает предпочтение работе с цифрами, кодами, языками. Это такие профессии, как программист, переводчик, лингвист.

Четвертый тип ("Х") - "Человек - художественный образ" связан в первую очередь с творческими способностями, занятиями тем или иным видом искусства - живописью, музыкой, актерским мастерством. Сюда же можно отнести моделирование одежды, дизайн интерьеров, флористику.

Пятый тип ("Ч") - "Человек - человек". Здесь в первую очередь необходимы коммуникативные навыки. К таким профессиям относятся психология, педагогика, менеджмент, политика.

Если ты согласен с утверждениями теста, поставь "+", если нет - "-". Пройдя все пункты, посмотри, в каком столбце тем "+" пересекаются с указанными буквами, а затем подсчитай получившееся количество баллов в каждом из столбцов. Наибольшая сумма покажет, к какому типу профессии ты наиболее предрасположен.

Тип профессии	"П"	"Т"	"З"	"Х"	"Ч"
1. Легко общаюсь с незнакомыми людьми.	0	0	0	0	1
2. Могу подолгу что-нибудь мастерить.	0	1	0	0	0
3. Очень люблю украшать свой дом, придумывать новые аксессуары к одежде.	0	0	0	1	0
4. Мне нравится ухаживать за животными.	1	0	0	0	0
5. Мне нравится что-нибудь подсчитывать, вычислять, чертить.	0	0	1	0	0
6. Люблю возиться с малышами.	0	0	0	0	1
7. Помогаю маме ухаживать за домашними растениями.	1	0	0	0	0
8. Пишу почти без ошибок.	0	0	1	0	0
9. Мои технические работы и модели часто вызывают интерес как у взрослых, так и у друзей.	0	2	0	0	0
10. Педагоги считают, что у меня есть способность к определенному виду искусства.	0	0	0	2	0
11. Люблю читать про животных.	1	0	0	0	0
12. Участвую в художественной самодеятельности.	0	0	0	1	0
13. Люблю читать про устройство и работу различных машин, механизмов, приборов.	0	1	0	0	0
14. Мне нравится разгадывать кроссворды, ребусы, головоломки.	0	0	2	0	0
15. Легко гашу конфликты между сверстниками или малышами.	0	0	0	0	2
16. Взрослые считают, что у меня есть технические способности.	0	2	0	0	0
17. Результаты моего творчества одобряют и незнакомые люди.	0	0	0	2	0
18. Старшие отмечают, что у меня есть способности к естественным наукам.	2	0	0	0	0
19. Мне легко излагать свои мысли в письменной форме.	0	0	2	0	0
20. Я стараюсь избегать конфликтов.	0	0	0	0	1
21. Мои технические разработки одобряют незнакомые люди.	0	1	0	0	0
22. Мне легко дается изучение иностранного языка.	0	0	1	0	0
23. Я часто помогаю незнакомым людям.	0	0	0	0	2
24. Подолгу, не уставая, могу заниматься музыкой или живописью.	0	0	0	1	0
25. Пробую свои силы в селекции растений.	2	0	0	0	0
26. Люблю разбираться в устройстве механизмов.	0	1	0	0	0
27. Я могу убедить людей в необходимости тех или иных действий.	0	0	0	0	1
28. Охотно наблюдаю за животными и растениями.	1	0	0	0	0
29. Люблю читать "скучную" литературу - научно-популярную, публицистику.	0	0	1	0	0
30. Если мне нравится какая-нибудь картина или поделка, пытаюсь воспроизвести ее.	0	0	0	1	0

Если получились одинаковые результаты в двух столбцах, то тебе следует подобрать себе профессию, находящуюся на стыке этих двух типов. Например, если у тебя совпадают параметры "Ч" и "З", остановись на журналистике, а если "Х" и "Т", то на архитектуре.

Подготовила

Давай начистоту

...още твои "+" пересекаются с указанными баллами, а затем подсчитай получившееся количество баллов в каждом из

технические работы и модели часто вызывают интерес как у взрослых, так и у друзей. 0 2 0 0 0

...отмечают, что у меня есть способности к естественным наукам. 2 0 0 0 0

Если получились одинаковые результаты в двух столбцах, то тебе следует подобрать себе профессию, находящуюся на стыке этих двух типов. Например, если у тебя совпадают параметры "Ч" и "З", остановись на журналистике, а если "Х" и "Т", то на архитектуре.

Подготовила Светлана ТРУБИЦЫНА, психолог центра "Ваш консультант".

Давай начистоту

ЧТОБЫ СРАЗУ НЕ СБЕЖАЛ

В редакцию "Друга дома" часто приходят письма от молодых людей с вопросом, как сохранить и укрепить отношения с представителем противоположного пола. Как же себя вести, чтобы предмет воздыхания не сбежал после первых двух-трех свиданий?

Прежде всего - тема для беседы. Неплохо, если ты будешь знать, чем увлекается твой друг (подруга). Закон тут один - постарайся вести беседу о том, что интересно ему (ей). Так ты позволишь собеседнику блеснуть эрудицией, предстать перед тобой в выгодном свете. Ни в коем случае не грузи партнера своими проблемами. Ведь по большому счету интерес у него вызываешь ты, а то, что тебя предки "достали", с младшим братом неконтакт, математичка не по делу придирается, ему до лампочки. Тебя, конечно, выслушают. Раз, другой, третий. А потом пошлют со своими проблемами куда подальше. Не стоит давить интеллектом - могут подумать, что ты или выпендриваешься, или хочешь доказать свое превосходство. А кому такое понравится? Не навязывай свою волю, особенно в вопросах, что надеть и как себя вести. Подростки вообще очень трепетно относятся к проявлению собственного "я" и в подобных рекомендациях - неважно, от кого они исходят: от родителей или подруги (друга) - усматривают прежде всего покушение на свое свободное волеизъявление. Это, так сказать, общие рекомендации. А вот чего не стоит делать конкретно.

Юношам - проявлять инстинкт собственника по отношению к девушке. Оставьте ей право на личную жизнь. Если она говорит, что ей необходимо сидеть дома и готовиться к экзаменам, не устраивайте сцен по этому поводу. Если она собралась с подругой на выставку, не стоит истерить на тему "а как же я?" - девушке иногда хочется пообщаться с подругами без тебя. Ни в коем случае не жалуйся ей на здоровье, по крайней мере, в начале отношений. Пожалеть-то она тебя пожалеет, но в ее глазах ты постепенно превратишься в нытика. Нельзя требовать от девушки доказательств любви, особенно в виде интимных контактов, - она может подумать, что ты просто ее шантажируешь с целью затащить в постель. Докажи ей свою серьезность. Но не разводи пальцы веером, рассказывая, как ты собираешься заниматься бизнесом, а случайно оброни, что занимаешься языками и готовишься в престижный ВУЗ, чтобы получить впоследствии высокооплачиваемую работу.

Девушкам тоже не стоит проявлять свои собственнические инстинкты. У молодых людей сильно развито чувство свободы, поэтому для него какая-нибудь субботняя рыбалка с приятелями очень важна. Кстати, тему "если ты меня любишь" молодые люди обычно однозначно воспринимают как шантаж. Гуляя с приятелем, не "разводи его на деньги". Даже если он человек не бедный, сам подрабатывает, подобное покушение на кошелек мужчина в любом возрасте воспринимает негативно, сразу же думая, что, кроме денег, от него ничего не надо и начинает сразу же соответственно относиться к девушке. Если ты сидишь с ним в кафе, ни в коем случае не обращай внимания на окружающих молодых людей. Ты глазки построила и забыла, а ему потом с каким-нибудь джигитом разбираться. И обязательно проявляй заботу о нем: корми пирожками собственного изготовления, пришей пуговку. На такие вещи мужчины чрезвычайно падки, опять-таки, в любом возрасте.

И почаще хвалите друг друга. Причем не абстрактно - "как идет тебе этот костюм, какая ты красивая, какой ты ловкий", а конкретно: ты отлично шьешь, готовишь, лучше всех ездишь на велосипеде, обращаешься с компьютером. Приятно, когда наши достоинства признают.

Маша ШИЛОВА, эксперт Центра психологических исследований "Гименей плюс".

НАПИШИТЕ МНЕ ПИСЬМО!

Меня зовут Максим, мне 12 лет, я очень хочу переписываться с мальчиками и девочками. Люблю рыбалку, спорт, растения и животных.

Мой адрес: 607227, Нижегородская обл., г. Арзамас, ул. Жуковского, д. 3, кв. 47. Пономареву Максиму.

Всем привет! Меня зовут Настя, мне 16 лет, Рыбы. Хотела бы найти друзей по переписке из разных городов, в том числе и с моей родины - Мурманска. Слушаю "Руки вверх", Н. Орейро. Пишите все, кому 16 лет.

Мой адрес: 156019, г. Кострома, ул. Индустриальная, д. 28, кв. 48. Анастасии.

Если ты интересный человек и тебе есть что написать, то скорее беги за листом бумаги и ручкой и пиши классной девчонке по имени Алина. Жду писем от мальчишек.

Пишите по адресу: 420105, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Чебоксарская, д. 2а. Алине.

ШМЕЛЕЙ ЗАВОДИТЬ НЕ ПРИДЕТСЯ

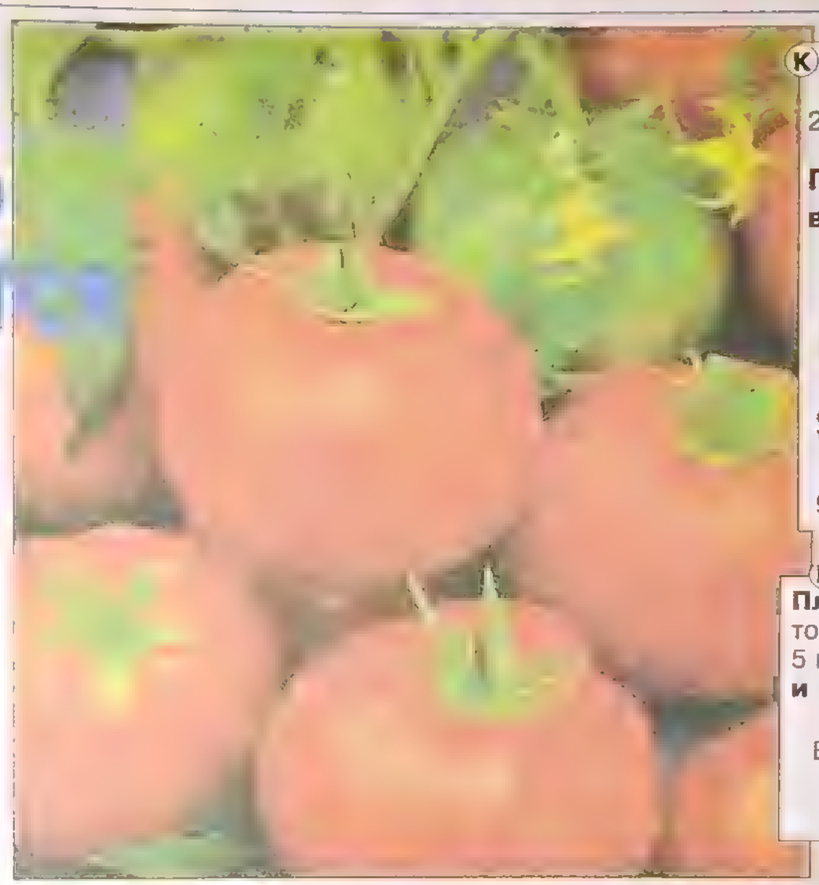
Слышала, что в некоторых хозяйствах в теплицах с томатами разводят специальных голландских шмелей для повышения урожайности. Но возникает вопрос: зачем? Ведь томат - растение самоопыляющееся. Или нет? Значит, тогда всем огородникам нужно обзавестись заморскими насекомыми?

Алла ДЕМИДОВА.
Санкт-Петербург.

Действительно, томат - растение самоопыляющееся. Его цветы устроены таким образом, что пыльца сама осыпается на рыльце пестика при легкой вибрации. Однако иногда опыление бывает затруднено. Это происходит при повышенной влажности воздуха или во время слишком жаркой погоды. В данном случае приходят на помощь насекомые. Они переносят пыльцу с одного цветка на другой. В небольшие парники или пленочные теплицы всевозможные крылатые создания залетают без особых проблем. Но совсем иные условия наблюдаются в промышленных тепличных сооружениях.

В них обычно бывает достаточно влажно и жарко, чтобы возникали проблемы с опылением цветков томатов. А крупные размеры теплиц и особенности их вентиляции не позволяют залетать внутрь достаточному количеству насекомых. Кроме того, в стеклянных домах постоянно стоит полный штиль. Особенно ранней весной и осенью. Вот и приходится владельцам крупных тепличных хозяйств закупать специальных шмелей-опылителей. Почему голландских? Потому что в этой стране их научились разводить в промышленных масштабах. Во всем остальном мохнатые насекомые - точная копия наших, российских.

Поскольку небольшие огородные теплицы лишены недостатков более крупных сооружений, то садоводам можно не беспокоиться относительно покупки каких бы то ни было насекомых-опылителей.



ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3
220 В, 1,5 кВт - 9200 р. (на базе МК Крот)
Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - 4900 р.

М. Ленинский просп., 5 Донской пр-д, 21б, проходная ЭНИМС
Мест. тел. 132; 171; 188.
955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

Плоскорезы Фокина от Фокина! Вместо лопаты - сотка в час, прополка стоя - 5 минут - грядка! **Комплект с 2 черенками и брошюрой = 270 руб.**
С доставкой. Предоплата. 601384, Владимирская обл., Судогодский р-н, пос. Муромцево, ул. Шкурина, 8. Фокина Е.Н. Тел. (09235) 4-13-63.

ВИШНЕВАЯ СМОЛА

На стволах вишен и слив иногда появляется прозрачное вещество желтого цвета, похожее на смолу. От чего это происходит и не вредно ли для деревьев?

Николай СМИРНОВ.
Москва.

Это вещество называется камедь. Оно не только похоже на смолу хвойных деревьев, но и обладает аналогичными свойствами. Камедь появляется при повреждении коры косточковых деревьев, то есть является следствием неблагополучного состояния растения. Это сигнал для садовода, что нужно принимать меры для лечения.

Наиболее частые повреждения коры у косточковых пород происходят в результате солнечных

ДЕРЕВО В ГОРШКЕ

Фикус Бенджамина относится к классическим комнатным растениям, известным многим любителям-

ДЕРЕВО В ГОРШКЕ

вреждении коры косточковых деревьев, то есть является следствием неблагополучного состояния растения. Это сигнал для садовода, что нужно принимать меры для лечения.

Наиболее частые повреждения коры у косточковых пород происходят в результате солнечных ожогов или морозобоин. В этом случае нужно срезать поврежденный участок коры или древесины (мертвые ткани окрашены в густо-коричневый цвет) и замазать рану садовым варом или закрасить масляной краской.

Фикус Бенджамина относится к классическим комнатным растениям, известным многим любителям-цветоводам. Он гораздо больше похож на дерево и куда изящнее, чем распространенный фикус каучуконосный. Мелкие, немного кожистые листья имеют оттянутые кончики - специально для стекания лишней воды в период муссонов. Этот фикус может вырасти до двух метров в высоту.

В комнате ему требуются солнце, свежий воздух и частое опрыскивание. Особое внимание уделите правильному поливу. Поливать фикус Бенджамина следует очень осторожно. Почве между поливами дайте немного подсохнуть. Внезапное опадение листьев в большом количестве может быть связано с переувлажнением или пересушкой почвы, сквозняками, табачным дымом, недостатком света, низкой зимней температурой или избыточной подкормкой. У вновь купленных растений, выращенных в условиях теплицы, обычно первое время тоже опадают листья.

Фикус Бенджамина очень легко размножается черенками. Предварительно подержав в воде, высадите укоренившиеся черенки по несколько штук в горшок. По мере роста молодые побеги переплетайте между собой. Это будет способствовать удержанию куста в вертикальном положении. Для этого можно воспользоваться и опорным кольцом, к которому нужно привязывать молодой побег для вертикального роста.

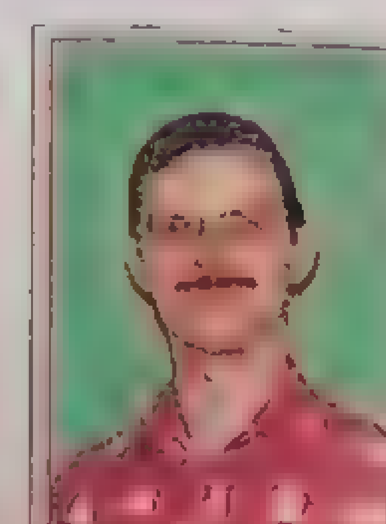
При пересадке фикуса обратите внимание на размер горшка. Часто любители комнатного цветоводства пересаживают фикус в слишком просторный горшок. Это приводит к тому, что новая земля в таком горшке закисает раньше, чем в нее проникнут корни, и растение заболевает. Особенно часто это происходит в зимнее время. Чтобы этого не случилось, подбирайте новый горшок так, чтобы его диаметр был лишь на 1-2 см больше диаметра старого.

Взрослые фикусы нуждаются в пересадке один раз в 2-3 года. У пересаженных фикусов весной очень полезно сменить верхний слой земли.

Фикус растет довольно быстро и требует большого количества питательных веществ. Хорошо, если будете подкармливать его попеременно минеральными и органическими удобрениями. Можете использовать готовые растворы минеральных удобрений для комнатных цветов, а также раствор коровяка или птичьего помета.

Нередко случается, что, несмотря на выполнение всех требований агротехники, фикус все же начинает желтеть и опадать, затем погибает в короткие сроки. В таком случае внимательно осмотрите листья. Скорее всего, на их нижней стороне появился паутинный клещ. Чтобы от него избавиться, опрыскайте зараженное растение акарицидом.

Анна ЯНИНА,
фитодизайнер.



Раздел ведет обозреватель "Друга дома" - агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ

ТОВАРЫ - ПОЧТОЙ (К)

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1170 р.**
Эл. сепаратор (220 В, 55 л/час, гарантия 12 мес.) **1451 р.**
Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1679 р.**
Эл. мясорубка (вес 4 кг, гарантия 1 год, в комплекте - соковыжималка) **1451 р.**
Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **945 р.**
Озонатор (12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1480 р.**
Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1523 р.**
Цена включает все затраты и действительна **до 30.05.2003 г.**

ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"** телефон 8-383-2-74-04-42.

(К)

ООО "Агрофирма "Виктория" предлагает

Для осенней посадки - ПОЧТОЙ

- Саженцы плодовых культур
- Луковицы тюльпанов, нарциссов и др.
- Семена комнатных и овощных культур
- Средства защиты растений

Для получения бесплатного каталога пишите:

141700, М.О., г. Долгопрудный,
ул. Первомайская, 9/4
"Агрофирма "Виктория" МОО ВОИ.
www.AGRO-V.RU
Эл. почта: AGROFIRMA@MTU-NET.RU

В конверт вложите конверт с обратным адресом.

ПЛИТКА НА СТЕНЕ

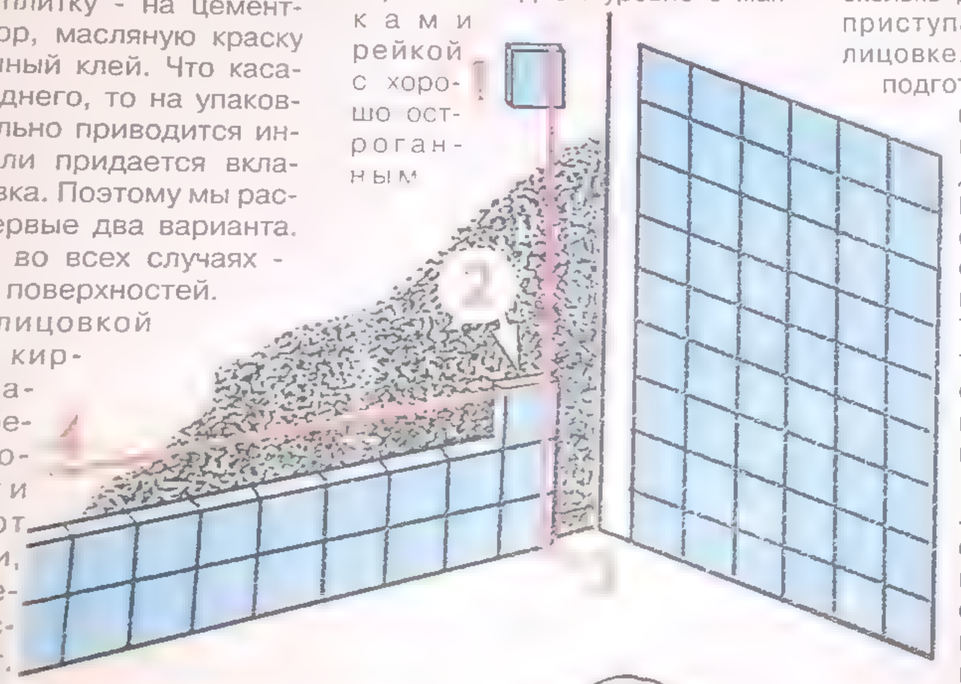
Мы решили наклеить плитку в ванной, но ни разу этого не делали. Поэтому не знаем, с чего начать. Муж уже обшил стены плоским шифером. Но как добиться, чтобы ряды были ровными?

Надежда Владимировна. Пермь.

Вначале вы должны определить, каким способом будете клеить плитку - на цементный раствор, масляную краску или плиточный клей. Что касается последнего, то на упаковке обязательно приводится инструкция или придается вкладыш-листовка. Поэтому мы рассмотрим первые два варианта.

Главное во всех случаях - подготовка поверхностей. Перед облицовкой плитками кирпичные, каменные и бетонные поверхности очищают от грязи, пыли, раствора. Непрочные места отрубают. После очистки стальными щетками поверхности обметают, смачивают водой и оштукатуривают [illegible]ентным [illegible] образуя так называемый [illegible] Грунт для лучшего сцеп[illegible] с плиткой нацарапыва[illegible]

Самой точной будет штукатурка, выполненная по маякам. Маяки лучше ставить деревянные. Разравнивают раствор строго на одном уровне с маяками рейкой с хорошо остроганным ребром. Выровненный и подсохший раствор затирают, чтобы не осталось протертых мест и бугорков. Затем маяки выни[illegible]



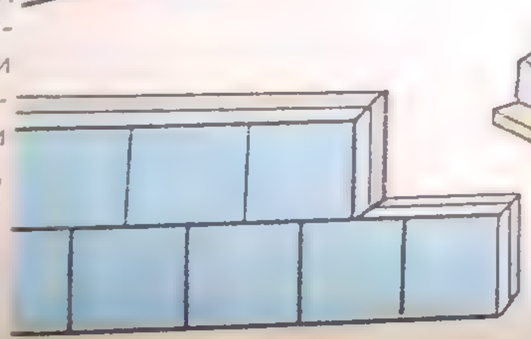


Рисунок 1. Разметка и укладка плитки на стену 1,2 - временные маяки из плиток; 3 - штыри; 4 - шнур-причалка

царапывать поверхность в таком случае не надо. Выполненную подготовку выдерживают, смачивают водой и просушивают.

Если решили класть плитку на масляную краску, то поступают так. Сухую поверхность олифят и просушивают несколько дней, затем приступают к облицовке. На такой подготовке облицовочные плитки укладываются очень точно. На подготовленную стену наносят тонкий слой густотертой краски (не более 1 мм). Тыльную сторону плиток покрывают таким же слоем краски и плотно прижимают к облицовываемой поверхности.

Для прочного сцепления с цементным раствором плитки очищают от пыли и грязи и обязательно смачивают водой, а еще лучше - погружают в воду. Поры плиток заполняются водой и при наклейке не впитывают влагу из цемента, а это увеличивает прочность сцепления плиток со стяжкой. Плитки замачивают в течение 8-10 часов, затем раскладывают на час для испарения излишков влаги и только после этого используют для облицовки. Необходимо иметь в виду, что под эмалью тонких глазурованных плиток при обильном смачивании остаются водянистые пятна. Такие [illegible]

ют влажной ветошью. Плитки, которые наклеивают на масляной краске, не замачивают, а очищают от пыли тыльную сторону.

Рисунок 2. Подгонка плитки под размер 1 - резка; 2 - разламывание; 3 - приточка кромки

Стены облицовывают после того, как плитки на пол уже настланы. В таком случае облицовку стен выполнять намного легче, так как плитки первого ряда будут опираться на пол. Если же стены облицовываются прежде чем полы, то сначала определяют уровень чистого пола. На том уровне по периметру стен укладываются рейки, на которые будут опираться плитки нижнего, или плинтусного, ряда. Рейки устанавливаются по уровню. Специальные плинтусные плитки использовать намного проще, чем обычные плитки для стен.

Облицовку стен на цементном растворе начинают с провешивания стен с помощью отвеса или рейки, разметки облицовочной поверхности и установки маячных марок. Марки устанавливают с учетом толщины раствора через 60 см друг от

вых швов, используя спички между плитками. Лучше всего же применять так называемые крестики для укладки плиток - они пластиковые, бывают различной толщины и укладываются между четырьмя смежными плитками. Для установки карниза поверху облицовки выравнивают плитки верхнего ряда. При облицовке смежных стен первую стену облицовывают до самых углов, кромки резаных плиток не притачивают (так как они будут закрыты плитками стыкуемой стены).

После затвердевания раствора расчищают горизонтальные и вертикальные швы и заполняют их цементно-песчаным раствором. Плитки протирают сухой тряпкой, удаляя с них излишки раствора.

На облицовываемой поверхности не всегда укладывается целое число плиток, поэтому часто их приходится резать или перерубать **(рисунок 2)**. Намечают карандашом линию надреза, прикладывают линейку, по которой победитовым резцом или стеклорезом процарапывают линию, чтобы прорезать не только глазурь, но и ее черепок. Надрезанную плитку берут за края, ударяют нижней стороной о ребро, и плитка раскалывается точно по [illegible]ке. Если необходим[illegible] ка шириной 20-30 мм [illegible] плитку также наносят [illegible] делают надрез и [illegible]

Рисунок 1. Разметка и укладка плитки на стену 1,2 - временные маяки из плиток; 3 - штыри; 4 - шнур-причалка

цементным раствором по маякам в соотношении 1:4, образуя так называемый грунт. Грунт для лучшего сцепления с плиткой нацарапывают, смачивают водой по три-пять раз в день в течение 5 дней.

ребром. Выровненный и подсохший раствор затирают, чтобы не осталось протертых мест и бугорков. Затем маяки вынимают, а места под ними заделывают раствором и затирают. Наплиток со стяжкой. Плитки замачивают в течение 8-10 часов, затем раскладывают на час для испарения излишков влаги и только после этого используют для облицовки. Необходимо иметь в виду, что под эмалью тонких глазурованных плиток при обильном смачивании остаются водянистые пятна. Такие плитки не замачивают, а протирают.

плинтусные плитки использовать намного проще, чем обычные плитки для стен.

Облицовку стен на цементном растворе начинают с провешивания стен с помощью отвеса или рейки, разметки облицовочной поверхности и установки маячных марок. Марки устанавливают с учетом толщины раствора через 60 см друг от друга. Если облицовываемые поверхности имеют небольшие размеры, достаточно разместить по 4 маячных плитки на каждой стене, располагая их по одной в верхних и нижних углах стен. Сначала устанавливают 2 верхних маяка, а затем 2 нижних **(рисунок 1)**. Затем по краям стены ставят рейки-отвесы (рейки нужны для крепления к ним направляющего горизонтального шнура, под который устанавливают плитки).

Облицовку стен начинают снизу. После завершения облицовки рейки снимают и их место заполняют плитками на растворе. Раствора должно быть достаточно для заполнения всего пространства между плитками и поверхностью. Чтобы ширина швов по всей длине была одинаковой, рекомендуется применять клинья с толщиной необходимого шва.

Швы между плитками могут быть 0,5-3 мм. Некоторые специалисты добиваются одинако-

стеклорезом процарапывают линию, чтобы прорезать не только глазурь, но и ее черепок. Надрезанную плитку берут за края, ударяют нижней стороной о ребро, и плитка раскалывается точно по риске. Если необходима полоска шириной 20-30 мм, то на плитку также наносят риску, делают надрез и отламывают полоску клещами.

Возможна и перерубка керамических плиток. На лицевой стороне проводят карандашом риску. Кладут на колено лицевой стороной вверх и острым концом стального молотка насекают по риске непрерывную линию. Каждый последующий удар должен находить на предыдущий. По ребрам плитки надо ударять сильнее, чем по ее середине. Сделав насечку, плитку перевертывают тыльной стороной вверх, наносят удар молотком в центре по линии перерубa плитки, и она раскалывается.

Кромки расколотых плиток не всегда бывают ровными и гладкими, поэтому их в зависимости от того, куда они укладываются, приходится притачивать вручную или механически на карбоновом бруске или круге.

Сергей ДМИТРИЕВ.

ХОЗЯИН - БАРИН

Этот тест, в меру серьезный, поможет женатым мужчинам лучше понять свое место в семье. Ну что ж, начнем...

1. Готовите ли вы завтрак? (Да - 2 очка, нет - 1)

2. Случается ли, что вы готовите пищу в выходной день? (Да - 3 очка, иногда - 2, нет - 1)

3. Помогаете ли жене закупать продукты в выходные дни? (Да - 3 очка, иногда - 2, нет - 1)

4. Входит ли в вашу обязанность обеспечивать семью картошкой из магазина? (Да - 3 очка, иногда - 2, нет - 1)

5. Когда в доме проводится генеральная уборка, делаете ли ее вместе с женой? (Да - 3 очка, иногда - 2, нет - 1)

6. Смогли ли вы снабдить кухню приборами, которые облегчают домашний труд? (Да - 3 очка, нет - 1)

7. Когда жена занята, ходите ли на родительские собрания в школу или детский сад? (Да - 3 очка, нет - 1)

8. Когда у вас в доме перегорают пробки, вы ли их меняете? (Да - 3 очка, нет - 1)

9. Раздражает ли вас, когда жена отправляется в парикмахерскую или косметический салон, а вы остаетесь дома готовить еду? (Да - 1 очко, иногда - 2, нет - 3)

10. Сердитесь ли, когда жена поздно возвращается с работы? (Да - 1 очко, нет - 3)

А теперь подсчитаем общее количество набранных очков.

26-30 очков. Нужно сказать, что вашей жене повезло: вы незаменимы в домашнем хозяйстве. Ваши усилия будут вознаграждены хорошим настроением и благодарностью супруги.

16-25 очков. Ваш вклад в домашнее хозяйство не очень велик. Приглядитесь к тому, что делает жена, и увидите, какие заботы вы могли бы взять на свои плечи.

10-15 очков. Вы практически не помогаете жене вести домашнее хозяйство, чем вызываете ее нарекания. Надо изменить дело к лучшему.

Хороший муж - это...

Всегда подает пальто жене, причем как дома, так и в общественном месте.

На дружеской вечеринке первый танец принадлежит жене. Отступить от этого правила можно лишь в исключительных случаях.

Всегда обращает внимание на новое платье жены, говорит ей по этому поводу что-нибудь приятное. Вообще не скупится на комплименты.

Всегда пропускает жену в дверях.

Делает ей небольшие подарки, даже без особого повода, преподносит время от времени цветы.

Не заглядывается на других женщин в ее присутствии.

Не ходит по квартире в нижнем белье.

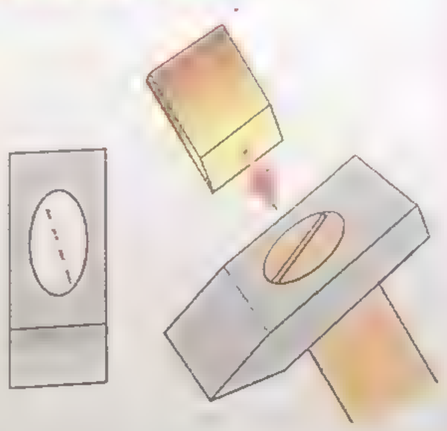
Иногда спрашивает жену, что она делала, когда не были вместе. В общем, разговаривает с женой не только о делах.

Анатолий САФОНОВ.

КЛИН НАИСКОСОК

У меня свой способ расклинивать рукоятки молотков и топоров.

Сам клин делаю из твердых пород дерева - дуба, бука. Только забиваю его не как обычно, вдоль ручки, а наискосок. Так он держит инструмент гораздо лучше. Прежде чем забивать клин, на ручке надо сделать распил тонкой пилкой.



Александр АРИСТОВ.
Москва.

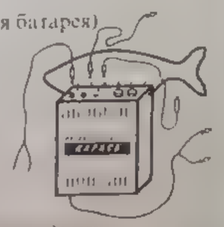
ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ!

Преобразователь электрической энергии «КАРАСЬ»

Предназначен для отлова рыб-производителей, больной, сорной рыбы без причинения вреда рыбе и окружающей среде. Принцип работы основан на анодной реакции рыб.

Технические характеристики

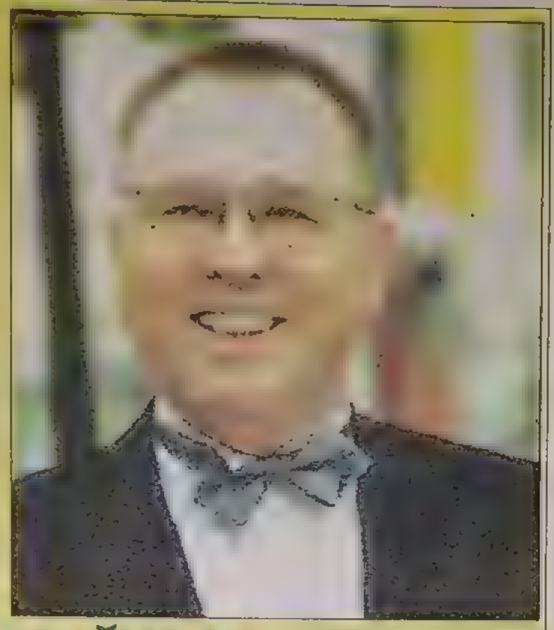
Напряжение питания	12В (аккумуляторная батарея)
Максимальная мощность	400 Вт
Радиус действия	до 4 метров
Габаритные размеры	190x116x68 мм
Масса	0.8 кг
Регулируемая частота и скважность.	
Изделие сертифицировано.	Гарантия 1 год
	Отпускная цена 1280 руб



Возможна отправка по почте наложенным платежом.
Стоимость 1520 руб. (цена прибора + почтовые сборы + оплата перевода).

Заявки по адресу:
630129, г. Новосибирск 129, а/я 80
ООО «ОЛСА-СЕРВИС» Тел. 8 (383-2) 74-04-47

Вячеслав ЗАЙЦЕВ: Совершенству нет предела



- Я сам придумал рецепт моего любимого кушанья, которое в течение полугода совершенствую дома, - тушеное куриное мясо.

Покупаю килограмм куриного филе, размораживаю, мелко-мелко режу, немного солю, кладу на сковородку (желательно с толстым дном), заливаю молоком (приблизительно полстакана на 1 кг). После того как мясо начинает белеть, моментально добавляю майонез, чтобы масса получилась более убедительной. Убавляю огонь, режу в крошку две большие луковицы, кладу на другую сковородку, три мандарина дольками выкладываю к луку, туда же - две горсти грецких орехов. Заливаю подсолнечным маслом, добавляю немного майонеза - и тушу на хорошем огне минут 10-15. Затем получившуюся массу вместе с курицей в течение 20-25 минут тушу на среднем огне. А поскольку хорошая сковородка долго держит тепло, то после выключения огня блюдо доходит до нужной кондиции.

Затем делаю рис - на 4 стакана воды 2 стакана риса, немного соли, кусочек масла, закрываю крышкой и варю на слабом огне: рис становится белым, рассыпчатым. Потом отдельно кладу рис, отдельно - курицу. Получается безумно вкусно.

Юлия БОРДОНСКИХ: Экзотика из Италии

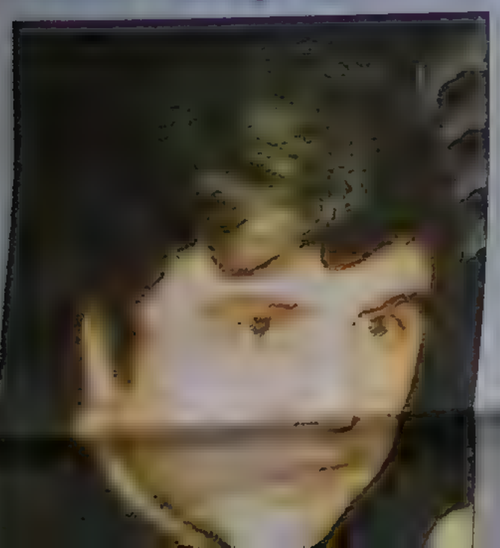
- Приготовление блюда "Неаполитанская пиза" требует терпения, но экзотический вид обеспечит вам успех за столом.

Для теста возьмите 200 г муки, 2 столовые ложки растительного масла, полстакана теплого молока, 15 г дрожжей, щепотку соли. Для начинки: 200 г сыра, 5 сарделек, 500 г помидоров, перец, соль, 2 столовые ложки растительного масла.

Замесите дрожжевое тесто, оставьте на час, чтобы оно подошло, еще раз перемешайте и выложите в форму для выпекания. Форма должна быть достаточно высокой, так как "пиза" во время выпекания поднимется. Тесто смажьте маслом, посыпьте натертым сыром, сверху положите слой крупно нарезанных помидоров. Сардельки порежьте вдоль и укладывайте в виде решетки сверху, добавляя соль и перец. Сбрызните все оставшимся маслом.

Блюдо надо печь в духовке минут 30 на среднем жару. Подавать на стол сразу же! Блюдо, конечно, мягко говоря, очень питательное, но даже я не могу отказать себе в таком удовольствии хотя бы раз в год.

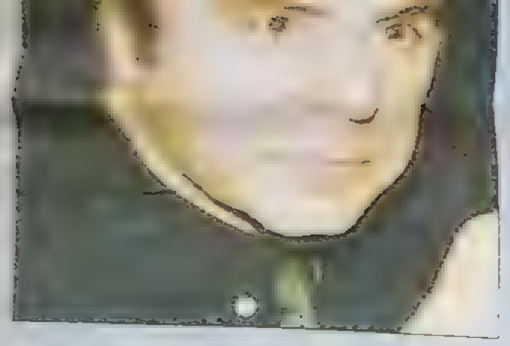
Сосо ПАВЛИАШВИЛИ: Грузины не любят помидоры



Но рассказать в этот раз хочу не об этом. Мне кажется, что в последнее время грузинская кухня воспринимается как-то примитивно... Приготовление блюд грузинской кухни в Москве сопровождается массой грубых ошибок. Мы не итальянцы и не сходим с ума от любви к помидорам. Да, к шашлыкам приносят соусы, но это или гранат, или алы-

Виктор ПАВЛОВ: Лимонник для горожанина

- Моя настольная книга - это пятитомник рецептов народной медицины. Каждое лето я уезжаю подальше от Москвы и собираю в лесу лекарственные травы. Особенно люблю мяту, пустырник и лимонник. Они помогают от бессонницы, от болей - головных и сердечных, а также полезны для желудка. Лимонник даже на даче у себя посадил. Это же не растение, а клад! По ценности может сравниться разве что с женьшенем и элеутерококком. Его вообще надо всем принимать: лимонник ведь и мышцы укрепляет, и легкие очищает, и зрение улучшает, и иммунитет повышает - как раз то, что необходимо городским жителям. Сборов и способов применения трав так много, что и пяти томов не хватит, чтобы все перечислить. Но у меня есть свой рецепт: и мяту, и пустырник, и лимонник просто завариваю вместе с обычным чаем и каждый день пью.



- Я живу один, поэтому нередко приходится самому что-то готовить. Признаться, делаю это с удовольствием. Вы бы попробовали мясо, которое я сам запекаю! А если еще его сочетать с вином, сделанным руками моего отца из винограда, выращенного на родине... Более дорогого напитка я никогда не пил.

или гранат, или алыча с пряностями. Почему в московских ресторанах в него добавляют помидоры? Не понимаю, и по какой такой интересной рецептуре хачапури делают сладкими? Мы их обычно едим как хлеб, намазываем пхали или тот же соус из алычи. Иногда в хачапури грузины кладут фасоль или мясо. То есть это блюдо к десерту не имеет никакого отношения. В общем, употребляйте грузинскую кухню правильно!

сравниться разве что с женьшенем и элеутерококком. Его вообще надо всем принимать: лимонник ведь и мышцы укрепляет, и легкие очищает, и зрение улучшает, и иммунитет повышает - как раз то, что необходимо городским жителям. Сборов и способов применения трав так много, что и пяти томов не хватит, чтобы все перечислить. Но у меня есть свой рецепт: и мяту, и пустырник, и лимонник просто завариваю вместе с обычным чаем и каждый день пью.

Ольга АРОСЕВА: Вкусные развалины

С удовольствием поделюсь с [illegible] блюда "Рыбные [illegible]". Вам потребуется [illegible] рыбы (типа ставриды, хека или путассу), 4-5 картофелины, по одному огурцу, помидору и морковке, 100 г крабовых палочек, стакан растительного масла, полстакана 9-процентного уксуса, 200 г майонеза, 100 г зеленого горошка.

Очищенную рыбу сварите целиком, охладите, выньте хребтовую и реберные кости, нарежьте на куски. Сварите морковь и картофель в мундире, нарежьте мелкими кубиками. Треть овощей заправьте майонезом, положите на середину блюда, сверху - кусочки вареной рыбы. Оставшуюся часть гарнира, а также помидор, огурчик, зеленый горошек разместите вокруг рыбы максимально живописно. Рыбу же залейте майонезом, украсьте крабовыми палочками, ломтиками лимона, горошком, зеленью. Гарнир полейте моей фирменной заправкой: смешать растительное масло (250 г), 9-процентный уксус (100 г), соль, сахар, черный перец.

Жанна БИЧЕВСКАЯ: Магия из мясорубки

- Я люблю эксперименты. Не так давно меня научили готовить блюдо "Магические шары" - получилось так необычно!

Отварите в бульоне рис. Пропустите через мясорубку консервированную кукурузу, рис, крабовые палочки и сваренные вкрутую яйца. Затем добавьте майонез и хорошо перемешайте. Из полученного фарша сформируйте шарики диаметром сантиметра три. Посыпьте их натертым на мелкой терке сыром. Перед подачей на стол шарики выложите на плоское блюдо, украсьте зеленью.

Расход продуктов: крабовые палочки - 250 г, 5 яиц, бульонный кубик, две трети банки кукурузы, полстакана риса, 100 г тертого сыра.

Надежда БАБКИНА: Фирменные колдуны

- У меня есть фирменное блюдо под загадочным названием "Колдуны". Готовлю его так: свинину мелко нарезаю и смешиваю с нашинкованным репчатым луком. Добавляю специи и соль по вкусу. Теперь все размешиваю и ставлю на холод. Очищенную сырую картошку натираю на мелкой терке, отжимаю сок и делаю лепешки. На каждую кладу немного мясного фарша. Сворачиваю шарики и обжариваю в растительном масле. Потом перекладываю в жаровню и томлю с часок в духовке. Подавать на стол колдуны надо горячими, густо [illegible] зеленью.

Гостей встре[illegible]
Татьяна ЛАРИН

СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ

ДЛЯ ЖЕНЩИН

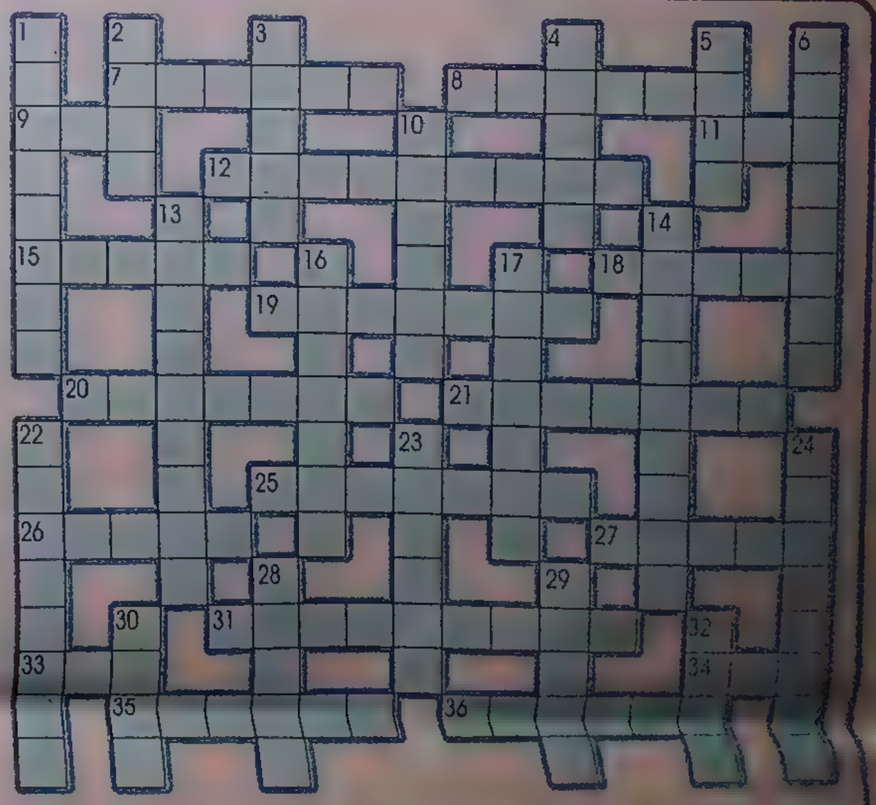
По горизонтали. 7. Амплуа простушки. **8.** Единица измерения духов, одеколонов, туалетной воды. **9.** В Китае он всему голова. **11.** Неизвестный мистер. **12.** Название свадьбы, отмечаемой через 40 лет супружества. **15.** Прорубь под мормышку. **18.** "Я" по-старорусски. **19.** Потолочное украшательство. **20.** Панель для пешеходов. **21.** Сумочка в дырочку. **25.** Кутюрье, среди коллекций которого были "Пасхальные яйца Фаберже". **26.** Что помогает сформировать стилист? **27.** Жидкость от кипевшей травы. **31.** И Магеллановы облака, и туманность Андромеды. **33.** Столовый прибор. **34.** Король из тех, кто "все могут". **35.** "Осиняющая" джинсы краска. **36.** Камень, удостоенный "именного" музея в Литве.

По вертикали. 1. Сорт варено-копченой колбасы. **2.** Последний вопль моды. **3.** Он выбирает себе "девушек" с куриными мозгами. **4.** Прощание солнца с морем. **5.** Коллега нашатыря в каплях. **6.** Вытяжка из целебных трав. **10.** Незамужняя дочь князя. **13.** Посуда для жарки. **14.** Героиня самой печальной повести на свете. **16.** Открытая терраса загородного дома. **17.** Записки личного характера. **22.** Реакция организма на переедание и неподвижный образ жизни. **23.** Неправильность в действиях, мыслях. **24.** Мастерица, шьющая по фигуре. **28.** Шевелюра, которую кто-то уже носил. **29.** Короткая шутливая пьеска. **30.** Классическая мужская стрижка. **32.** Голос детства и юности.

ДЛЯ МУЖЧИН

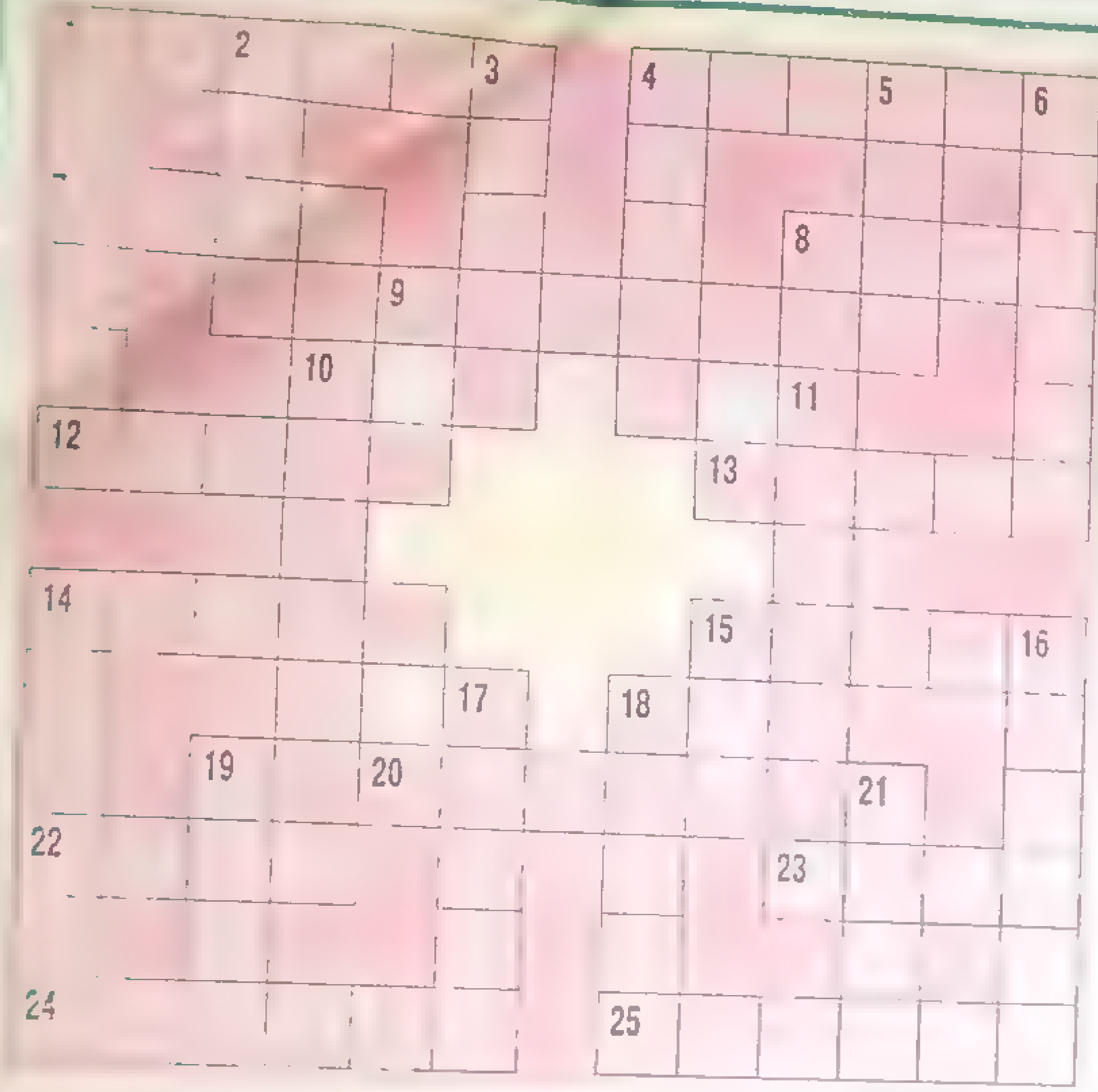
По горизонтали. 7. Овощная "засада". **8.** Происки из-под земли. **9.** "На ловца и ... рыба" (поговорка). **11.** Река, давшая название и стране, и религии. **12.** Родина, которую назвать матерью язык не поворачивается. **15.** Сногсшибательный порыв ветра. **18.** Жидкость для радиатора. **19.** Тридцать шестой президент США. **20.** Армейская общага. **21.** Кто-универсал. **25.** Затейник на антиобщественных началах. **26.** Обстановка, в которой хорошо с девушкой в тесноте, да не в обиде. **27.** Сердцевина города. **31.** Спортсмен, которому до победы - ногой подать. **33.** Командовать пульнуть. **34.** "Я там был; мед, пиво пил - и ... лишь обмочил". **35.** Просьба из уст командира. **36.** Неодобрительное прозвище торговца.

По вертикали. 1. Приманка для рыб. **2.** Ристалище за канатами. **3.** Два по отношению к шести. **4.** Опытная невеста для несуеверных мужчин. **5.** "Полицейское" сало. **6.** Место для картошки, крыс и революционеров. **10.** Дым в глаза. **13.** Его без вины не бывает, по мнению Глеба Жеглова. **14.** Должностное лицо при начальнике для выполнения служебных поручений. **16.** Свитер, не прячущий шею. **17.** Добытчик дикого меда. **22.** Каждый из тех, кто поддерживает производство смирительных рубашек. **23.** Караульщики не важного тела. **24.** Вечно он куда-то спешит. **28.** Наблюдательный или населенный. **29.** Друг Кочубея из оперы "Мазепа". **30.** "Дерево", расцветающее в конце отчетного года. **32.** Немокрое место.



...девушкой в тесноте, да не в обиде. 27. Сердцевина города. 31. Спортсмен, кому до победы - ногой подать. 33. Коман-

куда-то спешит. 28. Наблюдательный или населенный. 29. Друг Кочубея из оперы "Мазепа". 30. "Дерево", расцветающее в конце отчетного года. 32. Немокрое место.



ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Деревяшка, из которой папа Карло выстругал Буратино. 4. Хоккейный удар. 7. Остается на земле после дождя. 8. Участник ансамбля "Бременские музыканты". 9. То, что обычно ищут в лабиринте. 12. Притворщик на сцене. 13. Насекомое, которое подковал Левша. 14. Корова из Простоквашина. 15 И клюква, и малина, и ежевика. 20. Граф, барон, князь - одним словом. 22. Фигурное вырезание одежды. 23. Берег с купающимися. 24. Знак Тимура и команды. 25. Стрелочка на мониторе.

По вертикали. 1. Дубинка Добрыни Никитича. 2. "Полозья" зимнего бегуна. 3. Занятие в выходной. 4. Собака ясельного возраста. 5. И солнечные, и карманные, и песочные. 6. Прозрачная чертежная бумага. 10. Кухонная измельчительница. 11. Походный сосуд для воды. 14. Титул, который придумал своему хозяину Кот в сапогах. 16. "Шапка" домашнего светила. 17 Растет на елке, на сосне, а иногда - на голове. 18. Звук в телефоне. 19 Куда старик забросил невод? 21. Крест, который ставят на уроках математики

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)915-44-51
КРАСНОДАР И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
(8612)35-05-02

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 19

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. 4. Джерси. 8. Терраса. 10. Клавесин. 11. Пичул. 13. Репертуар. 17. Тройня. 18. Ворона. 20. Истерика. 22. Окно. 23. Унт. 25. Холст. 29. Лавр. 30. Утопия. 31. Опера. 32. Шарм. 33. Неделя.

По вертикали. 1. Зефир. 2. Траур. 3. Иск. 5. Животное. 6. Распашонка. 7. Иена. 9. Аллея. 12. Леонардо. 14. Отлив. 15. Шорты. 16. Газон. 19. Вкус. 21. Антуан. 24. Каша. 25. Хром. 26. Лжец. 27. Фонд. 28. Цикл.

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 4. Ятаган. 8. Горацио. 10. Аспирант. 11. Посол. 13. Герострат. 17. Кристи. 18. Тополь. 20. Турникет. 22. Теща. 23. Нед. 25. Тазик. 29. Пузо. 30. Ирокез. 31. Пенал. 32. Соль. 33. Артист.

По вертикали. 1. Горох. 2. Налог. 3. ВИА. 5. Триатлон. 6. Гранатомет. 7. Нота. 9. Остол. 12. Лестница. 14. Икота. 15. Гидра. 16. Дьюар. 19. Сени. 21. Текила. 24. Дуло. 25. Топь. 26. Зона. 27. Поэт. 28. Секс.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Урок. 7. Ураган. 8. Ослик. 9. Альбом. 10. Банан. 13. Парад. 16. Облако. 17. Вечер. 18. Отвага. 19. Рейс.

По вертикали. 2. Рулон. 3. Кукан. 4. Галька. 5. Работа. 6. Горб. 11. Арбитр. 12. Ананас. 13. Повар. 14. Ручей. 15. Дыра.

Рисунок Игоря ЛЕВИТИНА.

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
[illegible] Таисии ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ирины БУРСКОЙ.
[illegible] редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
[illegible] Михаила ВОРОБЬЕВА, Татьяны ЗУБКОВОЙ, Наталии [illegible], [illegible] ТИМОФЕЕВОЙ, Анны ЯНИНОЙ и ИТАР-ТАСС.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком К, печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 183800 экз. Заказ № 20 Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 14.05.2003 г. в 19.00.
Подписано в печать 14.05.2003 г. в 17.00.

ДРУГ ДОМА

№23/279
2003
Июнь

Выходит четыре раза в месяц

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

ОГУРЧИК СВЕЖИЙ ДУШУ НЕЖИТ...

В детстве я любил, отбыв на огороде обязательную прополочно-поливную повинность, в ворохе крупных ворсистых листьев выискивать тугие, покрытые колючими пупырышками огурчики. Поиск превращался в веселую занятную игру. Тут же на грядке, достав из кармана завернутую в бумажку соль, я блаженно хрустел этим зеленым огородным чудом. "Полно корыто народу [illegible]" - это будто бы сказано про бабушкины огурцы, [illegible] ей особенно удавались. Прошли годы, но у [illegible] обеды и ужины ассо-

вкусу. На огуречные кружочки, красиво разложенные на тарелке, можно капнуть майонез. Кстати, отличной салатной закуской является заправленная майонезом смесь из мелко покрошенных огурцов, сваренных вкрутую яиц и зелени. Трудно найти гурмана, который бы отказался от салата, в котором в разных пропорциях соединены

ПЕЧЕМ И ВЯЖЕМ

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **500 рублей** каждому.

По итогам конкурсов в "Друге дома" № 22 кулинарный приз присужден рецептам выпечки на основе кислого молока, которыми поделилась **Галина Михайловна ФОМИНА** из г. Канск Красноярского края. Приз получает также **Зинаида Васильевна ВАГАНОВА** из пос. Боровой, Карелия, научившая вязать носки на двух спицах.

Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

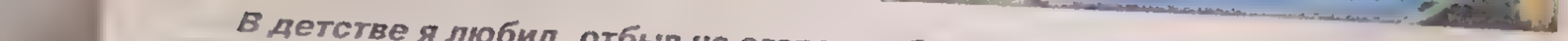
ЗАПОЛНИШЬ АНКЕТУ - ПОЛУЧИШЬ ПРИЗ!

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера [illegible] определены счастливчики - двенадцать читателей, которым [illegible]нутся призы по **250 рублей**.

Инна ПЕТРОВА

Ольга КОРНИЕНКО

Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть [illegible]



В детстве я любил, отбыв на огороде обязательную прополочно-поливную повинность, в ворохе крупных ворсистых листьев выискивать тугие, покрытые колючими пупырышками огурчики. Поиск превращался в веселую занятную игру. Тут же на грядке, достав из кармана завернутую в бумажку соль, я блаженно хрустел этим зеленым огородным чудом. "Полно корыто народу намыто" - это будто бы сказано про бабушкины огурцы, которые ей особенно удавались. Прошли годы, но у меня до сих пор летние завтраки, обеды и ужины ассоциируются с неизменной миской свежих огурцов.

Многие недооценивают огурцы, считая, что в них почти нет полезных для организма веществ - одна вода. А может, летом организму как раз и необходима именно живительная огуречная влага, которая омолаживает (не зря из огуречной кожуры делают косметические маски) и очищает организм? Может, эта огуречная чистая и здоровая вода наилучшим образом помогает усвоению других продуктов? Так или иначе, но огурец, который прямо с грядки попадает на стол, расцветит, сделает праздничной любую трапезу. Огурец - не гость, не случайный постоялец, а законный жилец среди самых изысканных закусок. Он даже нередко может выступать в роли хозяина, распорядителя трапезы.

Приятно хрустеть маленьким целым огурчиком, больших размеров огурцы разрезают на половинки, соломинки, дольки, брусочки и едят, обмакивая в соль. Для салата огурцы очищают от кожицы, режут тонкими ломтиками, солят и обливают уксусом с постным маслом, прибавляя сахар, чеснок и перец по вкусу. На огуречные кружочки, красиво разложенные на тарелке, можно капнуть майонез. Кстати, отличной салатной закуской является заправленная майонезом смесь из мелко покрошенных огурцов, сваренных вкрутую яиц и зелени. Трудно найти гурмана, который бы отказался от салата, в котором в разных пропорциях соединены огурцы и помидоры. Очищенные от кожуры огуречные кругляшки весьма привлекательно и аппетитно (особенно если их еще украсить капельками кетчупа) смотрятся на ломтиках черного хлеба.

Огурцы - основной компонент прохладных летних окрошек. Кстати, немногие знают, что вместо кваса окрошечную смесь, состоящую из огурцов, яиц, мяса или колбасы, зелени, можно заправлять кефиром, кислым молоком. А знаете ли вы, что такое рагу из огурцов? Довольно оригинальное блюдо. Огурцы очищают от кожицы и зерен, нарезают кусочками, солят, прибавляют масло, немного перца, уксус и по вкусу сахар. Все это томят до готовности, после чего подправляют мукой, пережженной с маслом.

Владимир СУПРУНЕНКО.

ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "Источник здоровья".

В этом выпуске - принимаем солнечные ванны, боремся с веснушками и пигментными пятнами и побеждаем перхоть.

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции. Со второго полугодия 2003 года вы можете оформить подписку на сборник "Источник здоровья".

Наш подписной индекс - 15932 в Объединенном каталоге "Пресса России", т. I, с. стр. 97.

"ДРУГ" И ЕГО СЕМЬЯ

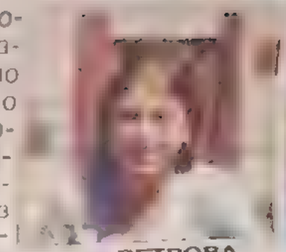
На II полугодие 2003 года теперь можно подписаться не только на "Друга дома", но и на приложения к нему.

Если вы хотите получать полюбившиеся издания без проблем, отправляйтесь на почту. В Объединенном каталоге "Пресса России" (он зеленого цвета) в I томе на страницах 96-97 вы найдете интересующие вас индексы:

"Друг дома" - 34199
"Хороший совет" - 15934
"Волшебная ниточка" - 15931
"Источник здоровья" - 15932
"На кухне" - 15939

Оформите подписку, и "Друг" с "семьей" всегда будут рядом с вами в будни и праздники.

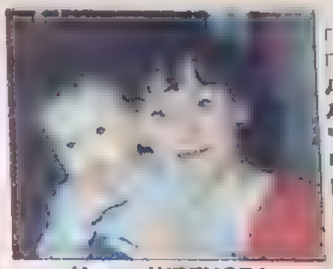
"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по приз-



Инна ПЕТРОВА

Ольга КОРНИЕНКО

ному, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**.

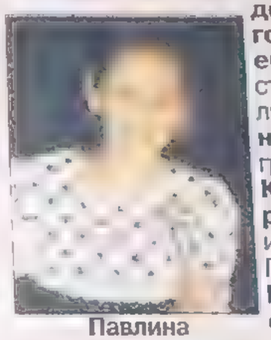


Ирина ШВЕЦОВА

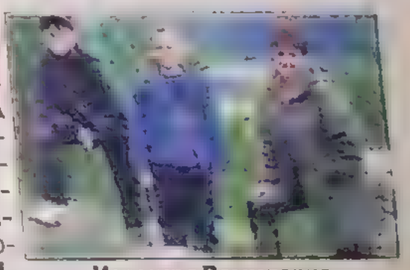
Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном случае - до 7 июля 2003 года**. Дату будем определять по почтовому штемпелю. Если есть желание, присылайте свои фотографии.

Дмитрий АНФЕРОВ

По итогам розыгрыша анкет из **"Друга дома" № 25 за прошлый год** в счастливую дюжину попали **Дмитрий Юрьевич АНФЕРОВ** из г. Златоуст Челябинской области, **Татьяна Николаевна ГЛАЗКИНА** из г. Чулым Новосибирской области, **Ольга Михайловна КОРНИЕНКО** из пос. имени Морозова Ленинградской области, **Анатолий Михайлович НИКИФОРОВ** из Владивостока, **Инна Александровна ПЕТРОВА** из пос. Бежаницы Псковской области, **Павлина Васильевна РУДАКОВА** из г. Шенкурск Архангельской области, **Юлия Александровна СЕРОБАБИНА** из Южно-Сахалинска, **Валентина Анатольевна ТАТАРКИНА** из Барнаула, **Ильмира Рамилевна ХАЛИЛОВА** из пос. Приютово, Башкирия, **Ирина Сергеевна ШВЕЦОВА** из г. Яранск Кировской области, **Вера Леонтьевна ШМЕЛЕВА** из г. Темрюк Краснодарского края и **Ольга Петровна ЯГОДА** из с. Городки Оренбургской области.



Павлина РУДАКОВА



Ильмира Рамилевна ХАЛИЛОВА с детьми

Поздравляем победителей!

"Друг дома" № 23

Фамилия, имя, отчество _____

Домашний адрес _____

Хочу спросить у "Друга дома" о... _____

"Друг дома" выписываю; покупаю 4 раза в месяц; 3 раза в месяц; 2 раза в месяц; 1 раз в месяц; крайне редко; этот номер первый

(нужное подчеркнуть).

Чтобы принять участие в розыгрыше призов, ответы необходимо отправить до 07.07.2003 г.

НУДНЫЙ РОМАН

Бывает так, что отношения двоих людей превращаются в своеобразный "чемодан без ручки": нести неудобно, бросить жалко. Не связывает ничего, кроме привычки и лени. К тому же отдаешь себе отчет, что разлука - обязательно стресс, нервное и эмоциональное напряжение.

И нет ни воли, ни особого желания эти самые "напряги" переносить. Хотя и отдаешь себе отчет, что надо бы поискать что-то новое, более перспективное. Классический пример такой ситуации - любовница женатого мужчины или одинокий холостяк, которого решительная, волевая дама держит при себе на должности "постельного мальчика". Как же прекратить подобные отношения без особой нервотрепки и угрызений совести?

Первое - найдите себе дело. Какое угодно, лишь бы оно захватило вас, заняло ваше время. Это могут быть курсы вождения автомобиля, какое-нибудь хобби. И отсюда - второе: поскольку такие "устаканившиеся" отношения обычно подчинены довольно жесткому алгоритму (например, поход в кафе по вторникам, секс по пятницам), приложите максимум усилий, чтобы автокурсы, тренировки в секции тенниса, занятия в кружке иностранных языков приходились на дни встреч. Тогда и вам, и партнеру придется ломать сложившийся график, чтобы продолжать общаться. А ему это надо? А вам? При этом ваша нервная система будет более или менее спокойной. Остается подсознательная лазейка: я же не настаиваю на разрыве отношений, просто так вышло, что по вторникам и пятницам я занят. Чаще всего, после того как несколько раз "сорвется" ваша встреча, и он, и она вздыхают с облегчением: ну так вышло, ну занят человек... И слава Богу! Ведь для того, чтобы подобный нудный роман (который и романом-то уже назвать язык не поворачивается) заглох, достаточно легкого толчка.

Третий способ также достаточно эффективный - побег. Уезжайте куда-нибудь на месяц. В оптимальном варианте даже не ставьте партнера в известность - пусть о вашем отъезде он узнает от общих знакомых, от ваших родственников. Тут польза двойная: во-первых, вы "оторветесь от базы" и почувствуете, что кафе по вторникам и секс по пятницам вам в общем-то не так уж и нужны, что вы и без них можете обойтись, во-вторых, это послужит тем самым легким толчком, о котором я говорила выше.

Суммируя все сказанное, создайте себе обстоятельства, при которых в течение некоторого времени вы не сможете жить и общаться в прежнем ритме, не настаивая (по крайней мере, вслух) на разрыве, полном и окончательном прекращении связи.

Кстати, есть у этих методов и обратная сторона. Порой за привычной рутиной отношений "по графику" мы перестаем замечать, насколько дорог и близок нам этот человек. И не исключено, что, удрав на месяц, вы вернетесь и побежите к нему со словами "Я больше так не могу и не хочу, давай поженимся!"

Марина ЛЬВОВА,
психолог.

КОГДА ИДЕШЬ ТЫ НА СВИДАНЬЕ...

Кто из нас не волновался, идя на свидание с человеком, который тебе нравится? Но особенно мы, женщины, как правило, чувствуем внутреннее напряжение, когда идем на свидание впервые. Оно и понятно - мы еще плохо друг друга знаем, и именно от этой встречи зависит, перерастут ли наши отношения во что-то серьезное. И порой так сильно хотим понравиться нашему кавалеру, что своим излишним стремлением просто портим все дело...

- Мы познакомились с Вадимом на дне рождения мужа моей подруги, - рассказывает Настя. - Но получилось так, что он пришел поздно, в тот момент, когда я уже собралась уходить. Естественно, что мы практически не пообщались, но зато умудрились понравиться друг другу.

[illegible] попросил телефон, я [illegible]. А спустя буквально [illegible] Вадим позвонил мне [illegible] прекрасно - вежливые официанты, красивая обстановка, нарядная публика. А я все никак не могла расслабиться. На его вопросы отвечала каким-то приглушенным тоном и все время отводила глаза. Я заметила, что он как-то поскучнел. И тогда, махнув для храбрости пару фужеров вина, начала вести себя более активно: громко смеяться, с увлечением рассказывать о своих достоинствах - и то я [illegible] это могу, и на работе

веком либо с этой встречей - например, уютное место, которое он так удачно выбрал, прекрасные цветы, которые вам подарил. Казалось бы, мелочь, но она тоже помогает создать нужный настрой. При первом свидании старайтесь больше слушать. И делайте это внимательно и заинтересованно. Если вас о чем-то спрашивают - отвечайте по существу, не стоит битый час рассказывать о своей работе или учебе, иначе человеку станет с вами просто скучно. В конце концов, вы встретились для того, чтобы строить ваши отношения, а не читать друг другу лекции. И уж ни в коем случае не стоит себя расхваливать - если только косвенно и чуть-чуть, иначе мужчина начнет раздражаться, чув-

он пришел поздно, в тот момент, когда я уже собралась уходить. Естественно, что мы практически не пообщались, но зато умудрились понравиться друг другу.

Он попросил телефон, я оставила. А спустя буквально пару дней Вадим позвонил мне и назначил свидание. Господи, как я волновалась! Причем волноваться начала за два дня до встречи. У меня в голове крутилась куча вопросов от "что надеть, чтоб ему понравиться" до "о чем с ним разговаривать, чтоб ему было интересно". А также всякие противные мысли по поводу того, что могу что-нибудь не то ляпнуть и вообще попасть в какую-нибудь неприятную ситуацию - а вдруг в туалет захочется или икота нападет? Чем больше я об этом думала, тем хуже мне становилось. В последний момент я бросилась по магазинам покупать выходные туфли, истратив на них остаток зарплаты, на который предстояло жить еще почти две недели... В общем, наконец-то настал долгожданный вечер, но радости у меня не было, а было только чувство страха и тревоги. Я оделась, собралась и в назначенное время вышла из дома. Вадим повел меня в ресторан. Все было

не могла расслабиться. На его вопросы отвечала каким-то приглушенным тоном и все время отводила глаза. Я заметила, что он как-то поскучнел. И тогда, махнув для храбрости пару фужеров вина, начала вести себя более активно: громко смеяться, с увлечением рассказывать о своих достоинствах - и то я умею, и это могу, и на работе ценят, и борщи отличные варю... Я, как павлин, распушила перья. Активно старалась произвести хорошее впечатление, изображала светскую даму и была уверена - такая смелая, веселая женщина обязательно должна понравиться! Да еще в таких туфлях! Я теперь пыталась смотреть Вадиму в глаза, но, честное слово, не понимала его взгляда - он был каким-то непроницаемым. Но я не стала особенно на это обращать внимание - мало ли что там у него... Может, он вообще всегда такой, я же не знаю. Хотя, если честно, внутри меня прозвенел какой-то нехороший звоночек. Когда ужин закончился, Вадим галантно проводил меня до дома. Естественно, что я предложила подняться на чашку кофе. Но он, что-то промычав про маму, которая будет беспокоиться, торопливо распрощался со мной. Вернувшись домой, задумалась и поняла, что ощущение от свидания у меня ужасное. Я весь вечер была в диком напряжении, активно что-то говорила, но не получила от общения с человеком никакого удовольствия. Я понимала, что сделала что-то не то. И меня интересовал только один вопрос: удастся ли что-то исправить, и если это возможно, то как?

Настино волнение понять можно - она действительно вела себя на свидании далеко не лучшим образом. И произвела совсем не то впечатление, какое бы ей хотелось. В чем же тут проблема? Дело в том, что эффективное общение с людьми - вещь довольно непростая. А особенно трудно общаться с человеком, которого видишь впервые, да еще к тому же если он тебе нравится. Как же справиться с проблемой первого свидания, первой встречи? Запомните несколько вещей.

Во-первых, собираясь на свидание, не стоит придавать излишнего значения своему туалету. Лучше поработайте над внутренним имиджем. Конечно, в первые пять минут мужчина обратит внимание на ваш вид, но затем ему более важно и интересно будет нечто другое - ваше общение, ощущение комфорта рядом с вами, ощущение эмоциональной близости... Поэтому, перед тем как идти на свидание, найдите в квартире тихое и уютное место, чтобы вас никто не беспокоил. Лягте, закройте глаза, расслабьтесь. А затем попытайтесь представить вашу встречу. Как он выглядит, как выглядите вы, что вы говорите ему, что происходит потом. Представляйте столько, сколько хочется. Но соблюдайте одно условие - чтобы все, что происходит, обязательно вам нравилось, вы должны чувствовать удовольствие, глядя на это. Меняйте свой образ и картинку до тех пор, пока она не будет вам нравиться на сто процентов и вызывать прилив вдохновения и энергии. Как только почувствуете, что все прекрасно, зафиксируйте эту картинку в рамку (мысленно), полюбуйтесь ею, запомните и открывайте глаза. Это упражнение очень важно для внутреннего настроя. Во время свидания периодически мысленно возвращайтесь к этой картинке и почувствуете, что свидание проходит все лучше и лучше.

Имейте в виду, что при встрече очень важны буквально первые секунды. Именно они создают настрой, влияют на то, как сложится дальнейший вечер. Поэтому, чтобы ни случилось, обязательно посмотрите в глаза мужчине, улыбнитесь (но делать это нужно искренне и от души, иначе просто не имеет смысла), покажите всем своим видом, что вы ему рады.

Обязательно в первые же минуты искренне похвалите что-то, что связано с этим человеком.

рассказывать о своей работе или учебе, иначе человеку станет с вами просто скучно. *В конце концов, вы встретились для того, чтобы строить ваши отношения, а не читать друг другу лекции. И уж ни в коем случае не стоит себя расхваливать* - если только косвенно и чуть-чуть, иначе мужчина начнет раздражаться, чувствовать себя рядом с вами не совсем полноценным.

Во время беседы старайтесь говорить на языке мужчины, отвечать ему буквально его же словами. К примеру, если он говорит, что его котяра обожает сырую рыбу, то, отвечая ему, употребляйте именно слово "котяра", а не кот или котик. А если он говорит, что ему нравится "вон та синяя тачка, которая только что проехала", поддержите его - вам "тоже нравится та синяя тачка, которая только что проехала". Не бойтесь показаться смешной, люди просто млеют, когда слышат свои собственные слова из уст других людей. Это на подсознательном уровне создает ощущение понимания и единства, действует по принципу "мы одной крови". Во время разговоров также старайтесь, чтобы в вашей речи сквозила эмоциональная волна, чтобы это была не сухая речь, изобилующая только фактами. Не стесняясь, говорите о том, что чувствуете, рассказывайте (в меру) о своих переживаниях и ощущениях.

Но если вдруг почувствуете, что между вами все же стоит какая-то стена, человек воспринимается чужим и есть ощущение, что понимания не возникло, - не ругайте себя за то, что встреча не удалась. Значит, это просто не ваш человек. И даже хорошо, что первое свидание станет последним.

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.

Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

ВОЗРОДИТЬ ЛЮБОВЬ ИЗ ПЕПЛА

Что послужило причиной крушения любви? Каждый из нас задает себе этот вопрос в конце отношений. Чаще всего наше поведение с партнером подчиняется не здравому смыслу, а сформированному в детстве определенному сценарию. Но для восстановления отношений недостаточно устранить отрицательные факторы, нужно изменить чувства и поступки. Что делать, чтобы возродить любовь из пепла?

Чаще мы говорим: "Все развалилось, потому что он изменился. Если он изменится в лучшую сторону, любовь вернется..." Нет, это ошибка - пытаясь перевоспитать человека, мы уничтожаем его. Перевоспитать можно только одного человека в мире - самого себя. Когда меняетесь сами, вы меняете и окружающий мир. Меняться - значит строить отношения с любимым, исходя из ценностей отношений, которые только и позволяют говорить заветное: "Мой самый близкий человек..."

В жизни каждый отвечает за свои отношения, построенные на основании собственного жизненного опыта. Поняв это, вы больше никогда не вообразите, что вы мученик, страдающий из-за недостойного партнера. Вы получите возможность создавать новый стиль жизни, став полноправным партнером вашего союза. Сможете поддерживать поступки партнера или позволите им повториться, если они не задевают вас. Но и ваш партнер не просто действует, а реагирует на вас. Поэтому вместо того, чтобы обвинять его, думайте о том, что можете изменить, а не о том, что изменить не можете.

Обычно мы инстинктивно сопротивляемся внутренним переменам - они чреваты риском, особенно если вы вновь доверитесь человеку, прежде уже причинившему вам боль. Подумайте: а что действительно будет, если партнер вновь заденет ваши чувства? Возможно, окажется, что боль, которую вы испытывали от ожидания какого-то ужасного события, гораздо сильнее, чем боль, связанная с самим событием, если оно вообще произошло.

Да, возвращение в прежнее состояние, душевное волнение, открытость, сопереживание, привязанность, потребность в другом человеке - все это делает нас уязвимыми. Но жизнь в одиночестве и пустоте тоже не безболезненна.

Конечно, можно остаться за стенами одиночества без надежды на решение проблемы или на улучшение отношений, а можно выйти из этих стен и быть обиженным, но у вас хотя бы будет шанс создать то, чего вы хотите в жизни.

Главная потребность человека - быть нужным кому-то, а главный страх - быть отвергнутым. Именно ощущение отвергнутости и есть причина большинства конфликтов. Но и удовлетворение потребности быть нужным не всегда гарантирует нормальные отношения, а вот при конфликте эта нужность испаряется первой. Причем получается замкнутый круг: один отвергнутый начинает вести себя так, что и второй тоже оказывается как бы ненужным.

Поэтому основное условие для восстановления близких отношений - это восстановление настроения принятия партнера. Что же это значит - принимать человека таким, какой он есть? Это значит, что вы даете ему почувствовать, что не отталкиваете его, даже если есть различия в характере, темпераменте, взглядах и т.д. Это значит, что вы готовы перестать критиковать его (якобы чтобы довести до совершенства). Любимому важно знать, что с вами ему уютно и безопасно, что он получит вашу поддержку в любом деле.

Бывает так, что раздражение, вызванное любыми жизненными обстоятельствами, вымещается именно на супруге, который не имеет никакого отношения к происходящему. Это резко снижает его тягу к вам и ослабляет ощущение нужности.

Еще более опасно неопределенное чувство неудовлетворенности собой. Бывает так, что черты, которые вы не любите в себе, обнаруживаются в близком человеке. Поэтому, если вы вдруг узрели у супруга какие-то неприятные особенности, подумайте - не проецируете ли вы на него свои собственные проблемы?

В отношениях можно быть правым, а можно быть счастливым - это не всегда одно и то же. Даже если вы уверены на 100 процентов, что именно ваша позиция самая верная, это может вызывать ссоры. Поэтому более правильно искать общий вариант решения проблемы, пусть он и не кажется вам оптимальным.

Не надо доказывать собственную правоту, цель лишь в том, чтобы сделать себя и любимого человека счастливыми. Не обязательно ворчать всякий раз, когда супруг дает на это основание, или снова доказывать, что лучше его знаете, о чем говорите. Лучше другая тактика - терпимость, понимание, сочувствие, которые не обостряют враждебность. Любовь и воодушевление способны гораздо больше изменять человека.

Правота служит сохранению своей безопасности, удерживает от риска изменений в себе. Можно быть преданным своим убеждениям, но при этом видеть только один путь, не имея свободы выбора. Конечно, если вам дороже признание вашей победы и вы не способны уменьшить возникающую враждебность - дело ваше. Но это путь в тупик. Взаимные уступки, приспособление друг к другу - гораздо эффективнее для сохранения любви.

...событием, если ...е произошло.
...возвращение в прежнее состо... ...евное волнение, открытость,

...потребность человека - быть нужным кому-то, а главный страх - быть отвергнутым. Именно ощущение отвергнутости и есть причина большинства конфликтов. Но и удовлетворение по-

...партнера. Что же это значит - принимать человека таким, какой он есть? Это значит, что вы даете ему почувствовать, что не отталкиваете его, даже если есть различия в характере, темпераменте, взглядах и т.д. Это значит, что вы готовы

...же признание вашей победы и вы не способны уменьшить возникающую враждебность - дело ваше. Но это путь в тупик. Взаимные уступки, приспособление друг к другу - гораздо эффективнее для сохранения любви.

НАЙТИ ПРИЧИНУ

Последнее время меня ...гает такая проблема - я не могу "кончить". Есть эрекция, но после начала полового акта, минут через пять, она пропадает...

А. Волгоградская область.

Вам лучше обратиться к психотерапевту. Скорее всего, в вашей жизни появился, как говорят специалисты, перманентно действующий психотравмирующий фактор. Часто сам человек не в состоянии его вычленить. Возможно, жена у вас начала есть чеснок, возможно, на работе не все ладно...

Вам ни в коем случае не надо, простите за каламбур, насиловать себя, иначе может выработаться малоприятный стереотип: скорее бы "кончить" и уснуть. Поговорите с женой - может, вам надо отдохнуть, съездить куда-нибудь в отпуск, а может, она по-женски что-нибудь вам присоветует. Подумайте сообща, что изменилось в последнее время? Часто само осознание причины недуга - 90 процентов выздоровления. И обязательно сделайте УЗИ предстательной железы: снижение остроты тактильных ощущений при половом акте - первый "звоночек" начинающегося простатита.

СЕКСОТЕРАПИЯ

Можно ли заниматься сексом после мелкоочагового инфаркта?

Антон С. Москва.

Да, можно. И даже нужно. Оргазм - великолепное лекарство. Во время полового акта в кровь выбрасывается огромное количество эндорфинов - "гормонов наслаждения", дающих заряд бодрости и хорошего настроения, подавляющих стресс, гасящих негативные эмоции. Именно это лучшая терапия после инфаркта.

Конечно, перенапрягаться не нужно. Вообще месяц-другой во время интимного контакта постарайтесь свести двигательную активность к минимуму. Лучше всего заниматься сексом в позиции "женщина сверху" или лежа на правом боку. Но при возникновении любого дискомфорта - кардиамии (боли в области сердца), одышке - обязательно обратитесь к врачу.

СТИМУЛИРОВАТЬ, А НЕ СИМУЛИРОВАТЬ

Я получаю оргазм, только если мой друг ласкает меня рукой или языком, а в остальных случаях просто симулирую удовлетворение. Что мне делать и как достичь вагинального оргазма?

Света. Краснодар.

Прежде всего не зациклирайтесь на вагинальном оргазме. Кстати, многие сексологи ...ают, что деление оргазма на вагинальный и клиторальный достаточно условно и может меняться в течение жизни. Например, у молодых девушек оргазм чаще клиторальный, а после родов, годам к 30-35, разрядка наступает при стимуляции влагалища.

В любом случае подберите такую позу, чтобы при сношении область клитора подвергалась более интенсивному воздействию, например "поза наездницы", или такое положение, чтобы во время акта вы или ваш партнер могли продолжать стимуляцию клитора рукой.

А симулировать оргазм, конечно, не стоит. Лучше поговорите с партнером и сообща найдите позицию, устраивающую вас обоих.

Андрей САСИН, врач.

НЕ ЗЛОУПОТРЕБЛЯЙТЕ

Сейчас в продаже много средств для повышения потенции, усиления ощущений. Какое стоит применять?

Дмитрий ДОНЦОВ. Красноярск.

Я бы не рекомендовал прибегать к подобным средствам, если нет острой необходимости. Ведь если с интимной жизнью у вас порядок, то, применяя эти средства, вы вполне можете на них, как говорится, "подсесть". И половой акт без них станет для вас весьма затруднительным. В принципе все афродизиаки (возбуждающие средства) надо применять после консультации с врачом и только в том случае, если возникают проблемы в интимной жизни.

Михаил СЕМЕНОВ, кандидат медицинских наук.

НОРМАЛЬНАЯ ДЛИНА

Мне 16 лет, но член у меня длиной 9 см. Как его можно увеличить?

А. Астраханская область.

Все разговоры, а также реклама "чудо-средств" для увеличения полового члена - парамедицина чистой воды. На сегодняшний день иных реально действующих средств, кроме хирургической коррекции, нет. Да и операция эта дорогая, к тому же чревата многими осложнениями. А проблемы как таковой у вас нет: ваши 9 см - вполне достаточная длина для того, чтобы удовлетворить любую среднестатистическую женщину. Кстати, в сексе качество определяется отнюдь не количеством сантиметров, наоборот, длинный член может причинять женщине боль, привести к разрывам, воспалениям. Единственное, что стоит сделать, - сходить к врачу-эндокринологу: возможно, у вас гормональная недостаточность, которая и "виновата" в некоторой задержке роста гениталий.

Алексей АЛЕКСЕЕНКО, врач.

НЕ ПЕЙТЕ, ДЕТИ, МОЛОЧКО - БУДЕТЕ ЗДОРОВЫ!

Если у вашего малыша на коже появились красные пятнышки, а врачи поставили диагноз "аллергия", то, возможно, это реакция на выпитый стакан коровьего молока. Как показывает современная практика, почти в 90 случаях из 100 аллергию у грудных и годовалых детей вызывают белки коровьего молока. И мало кто из родителей догадывается об этом.

Молоко, оказывается, вредно?! Это не может сегодня не вызывать изумления, поскольку все мы, кому теперь тридцать, сорок, пятьдесят, кормили детей молоком и кефиром, да и нас самих (и наших бабушек, и прапра...) выкармливали мамы молоком, кефиром и творогом. И никакой аллергии не было! Не было ее потому, что не было столько больных мам... Экология ухудшается с каждым годом, технологии видоизменяются, различные химические и пищевые производства требуют огромного количества всевозможных добавок. А что касается несчастных коров, то они получают большое количество тетрациклинов и других лекарств, и, конечно, все это отражается на молоке.

Хочу подчеркнуть: речь идет о детях, которым аллергию передали родители, что называется, по наследству. У здоровых младенцев аллергия к белкам коровьего молока встречается не чаще 1 процента.

Мама может не понимать, что, если она в период кормления пьет много коровьего молока, у ребенка начинается аллергическая реакция, о которой никто даже не подозревает. Непереваренные крупные молекулы белка проникают с молоком матери в организм ребенка, отчего может начаться скрытое поражение кишечника. Оно может протекать незаметно, без появления красных пятнышек на коже. Тем не менее кишечник постепенно поражается, что вызывает потерю эритроцитов крови. Если все это происходит довольно длительное время, у ребенка даже может развиться анемия. Никто не может понять, почему. Что происходит с ребенком? А мама пьет не менее двух литров молока в сутки для того, чтобы у нее было больше собственного молока...

Очень часто, особенно в деревнях, мамы, тетушки, бабушки, соседки из самых лучших побуждений предлагают беременной пить как можно больше молока. К сожалению, ничего хорошего из такого питания не выходит. Сегодня это самый порочный метод "добывания" грудного молока. И самая частая причина появления у ребенка аллергии, которая может преследовать его очень долгое время в различных клинических состояниях.

Первое правило кормящей матери: вместо коровьего молока и большого количества творога пить 0,5 л обычного кефира в сутки. Или кисломолочные смеси - такие, как бифидок, бифимол, ацидофилин. Совсем малое количество молока необходимо кормящей маме вместе с чаем. Многие женщины пьют во время кормления чай, забывая, что в черном чае очень много танина - вещества, вызывающего запоры и способного, кстати, проникать с молоком к ребенку. В зеленом чае танин тоже есть. Но если в чашке чая вы размешаете, к примеру, столовую ложку молока, танин разрушится. Исчезают связанные с этим веществом проблемы.

Во многих странах детей до года вообще перестали кормить коровьим молоком и продуктами его переработки. У нас рекомендуют обычно давать молоко детям после 9 месяцев. Но не стоит спешить. Я бы советовала молоко, творог, йогурты, сметану и сливки, а также кефир давать детям все же позднее, после первого года жизни.

Давая младенцу концентрированный белок в большом количестве, мы можем навредить. Избыток белка в организме маленького человека может вызывать "поломку" некоторых органов, например почек или кишечника. Белок в необходимых количествах ребенок должен получать с грудным молоком.

Но чем еще кормить младенца, которому, к сожалению, поставили диагноз "аллергия"? Хорошо готовить овощные пюре на воде с добавлением растительного, кукурузного или оливкового масла. Такие пюре из кабачков и цветной капусты можно понемногу начинать давать малышу уже с 5 месяцев. Детские кашки тоже надо варить на воде. После 5 месяцев можно понемногу добавлять в кашки топленое сливочное масло. Также месяцев с 5, а не с 6 и 7, как обычно, можно расширить рацион и мясным пюре.

Фруктовыми пюре и соками лучше начинать кормить деток не раньше 5 месяцев.

Нужно иметь в виду, что в магазинах сегодня продаются специальные адаптированные детские смеси, в которых белок присутствует в переработанном виде.

А вот чего давать не нужно, так это желток, рыбу, рыбные и мясные бульоны, печенье и много хлеба и сухарей. Когда ребенку исполнится год, все эти продукты, вместе с творогом и молоком, нужно предлагать малышу очень осмотрительно.

Если придерживаться этих правил, ребенок может вырасти здоровым и не испытывать болезненных аллергических ощущений. Главное, не допустить в будущем различных болезней желудка, кишечника и почек - последствий младенческой аллергии.

Мила ШИМАНСКАЯ,
врач-педиатр.

ЕСЛИ СОРИНКА ПОПАЛА В ГЛАЗ

нений. Что же предпринять в

промойте глаз либо попробуйте осторожно удалить соринку

му яблоку. В таком случае

грузите в сосуд с водой

ЕСЛИ СОРИНКА ПОПАЛА В ГЛАЗ

Среди общего числа глазных заболеваний травмы отмечаются довольно часто - в 5-10 процентах случаев. Очень нежные ткани глаза весьма чувствительны и ранимы даже при незначительных повреждениях, а слизистая оболочка столь обильно снабжена нервами, что попадание в глаз даже мельчайшей соринки может причинить довольно сильную боль. Открыть глаза в таких случаях становится трудно, так как это усиливает боль и светобоязнь.

Многие пытаются пальцем подцепить и удалить из глаза инородное тело, забывая о том, что на руках даже после мытья с мылом осталось много разных микробов. Другие начинают активно тереть веко пальцами, что также не приносит облегчения. А если при этом попавший предмет острый или колючие пылинки, то такими способами можно весьма серьезно повредить нежную слизистую оболочку глаза и "открыть ворота" для любой инфекции. По этой же причине нежелательно использовать носовой платок или намотанную на спичку вату. Однако попавшее в глаз инородное тело необходимо удалить как можно скорее, чтобы избежать осложнений. Что же предпринять в таком случае?

При ощущении постороннего тела в глазу прежде всего следует тщательно вымыть руки и умыться. Затем промыть глаз теплой кипяченой водой, раствором чая или 2-процентным раствором борной кислоты (чайная ложка на стакан воды). Для этого удобнее использовать маленький стаканчик, или же просто наберите полные ладони воды, опустите в них лицо и поморгайте в воде, омывая тем самым глаз. Этими же жидкостями можно промыть глаз и с помощью пипетки.

Если улучшения нет, то проверьте, не смылась ли соринка под нижнее веко. В таком случае указательным пальцем оттяните нижнее веко и еще раз промойте глаз либо попробуйте осторожно удалить соринку влажным кусочком ваты. Не используйте для этого сухую вату, так как она травмирует глаз и оставляет волоски.

Если на нижнем веке вы ничего не обнаружили, то оттяните верхнее веко и несколько раз несильно подергайте его вперед-назад. При неудаче можно использовать другой способ: правой рукой быстро оттяните верхнее веко, при этом как бы наворачивая его на лежащий сверху большой палец левой руки. Затем удалите соринку влажной ваткой, промойте глаз чистой водой и закапайте в него 2 капли альбуцида.

Бывает, что соринка прилипает к конъюнктиве или глазному яблоку. В таком случае погрузите в сосуд с водой лицо и подольше поморгайте. Если же соринка и после этого осталась на месте, *не трогайте ее. Вероятнее всего, она частично проникла в ткани, травмировав их.* И только специалист сможет удалить с наименьшими повреждениями для глаза. Если и после промывания в глазу остается ощущение постороннего тела, не откладывая обратитесь к специалисту. Это позволит избежать возможных осложнений - воспаления, а иногда и снижения зрения.

Дмитрий МАКУНИН,
сотрудник
Станции скорой помощи.
г. Муром
Владимирской области.

РОДИНКИ - ЭТО СЕРЬЕЗНО

Родинка издавна считалась украшением модниц. Многие даже рисовали ее на щеке, чтобы придать своей внешности пикантность. Это-то не страшно.

А вот натуральная родинка может явиться ранней предвестницей одной из форм рака - меланомы. Поэтому не холить и лелеять надо свои родинки, а, заметив их, срочно идти к врачу.

Имейте в виду, что маленькое коричневое пятнышко, которое выступило внезапно на руке, или от рождения находится на теле, может воспалиться. Так что отнеситесь к этому со всей серьезностью. Даже если первый дерматолог, к которому вы пришли, сочтет это ерундой, обратитесь к другому. Из опубликованной в "Журнале американской медицинской ассоциации" статистики следует, что с первого раза врач-кожник ставит один правильный диагноз в двух-трех случаях. И не стоит попадать в оставшиеся две трети.

Если родинка кровоточит, это не значит, что вы уже обречены на рак. Причина может оказаться совсем безобидной. К примеру, она расположена под бретелькой лифчика и постоянно натирается. Но иногда выделение крови может свидетельствовать и о росте родинки. А это уже опасно. Так что в любом случае обратитесь к специалисту.

Нередко тело буквально усыпано родинками. Медицинское объяснение этому явлению есть. Оно называется dysplastic nevus и считается предупреждающим сигналом. В этом случае посещайте врача не реже раза в полгода.

Иногда трудно установить различия между родинками и веснушками. Чтобы вы не ошиблись, помните: веснушки отличаются от родинок неправильностью своей формы и скученностью расположения. Но об опасности предупреждает большое количество веснушек, равно как и родинок.

Существует и нерешенная пока проблема наследственности. Если у кого-то в семье есть случаи заболевания раком кожи, то другие родственники тоже попадают в группу риска. Но надежных данных о наследственной предрасположенности к онкологическим заболеваниям кожи нет. Однако это не освобождает от внимательного отношения к изменениям на коже.

Татьяна ГУРЬЕВА.

СИНЯКОВ СОВСЕМ НЕ ВИДНО

Сейчас лето, многие выехали на дачу. Вот и хотела бы поделиться своим опытом с другими дачниками, особенно у кого есть дети.

Массу неприятностей доставляют комариные укусы. Я всегда снимаю боль, сразу же потерев укушенное место растертым перышком зеленого лука. А чтобы не было припухлости, место укуса протрите соком петрушки. После такой обработки неприятный зуд сразу же проходит.

А для того чтобы не возник синяк, посыпьте место удара влажным крахмалом.

Ольга БАТЫГИНА.
Тула.

Жил одно время в нашей деревне старый китаец. Каким уж ветром занесло его тогда в глухую уральскую деревушку - не знаю. Но был он бесхитростным, к тому же сведущим в народной медицине и быстро сошелся с деревенскими.

КИТАЙСКИЙ ЧАЙ ИЗ КАДУШКИ

Частенько снадобья от разных хворей готовил он из большого розана, который рос у него в деревянной кадушке у окна. В дело шло все: и семена, и листья с цветками, и кора с корнями. Кашицу из цветков с солью накладывал он на нарывы и разные язвы. Проходило дня три-четыре, и кожа освобождалась от заразы, становилась чистой и розовой. Из листьев цветков и корня розана делал настой, которым пользовал больных при кашле и застарелом бронхите. Этим же настоем лечил при дизентерии, геморрое, при чесотке и если грибок привяжется.

И только совсем недавно я узнала, что чай каркадэ, который мы пьем уже не первый год, - это народное название тропического гибискуса сабдарифа, ближайшего родственника гибискуса китайского, он же китайский розан.

У чая каркадэ немало достоинств. Этот насыщенно-розовый, золотистый напиток имеет очень приятный, сильный, ярко выраженный аромат, прекрасно освежает, а главное - полезен для здоровья.

Настой из красивых и огромных (до 10 сантиметров в диаметре) цветов действует как мочегонное. Для такого настоя возьмите 40-50 г цветков и залейте 0,5 л кипятка, накройте чистым полотняным полотенцем и настаивайте в теплом месте 7-8 часов. После чего настой процедите и добавьте столовую ложку меда. Пейте по полстакана в день раза два-три. Гибискус назначают при дисменорее, болезненном мочеиспускании, цистите, токсинах в крови как противоспазматическое средство.

Иногда гибискус называют цветком любви. Он и в самом деле улучшает сексуальную деятельность. При обильных месячных состав из цветков гибискуса и листьев малины (1:1) залейте холодной водой и настаивайте всю ночь. На чашку возьмите 2-3 ложки смеси. Помимо этого, чай каркадэ способствует обмену веществ, улучшает цвет лица, помогает росту волос.

Любовь УСТЬЯНЦЕВА.
с. Огнево
Челябинской области.

ЛУКОМ И ЛИМОНОМ

У многих людей независимо от возраста время от времени появляются мозоли, которые доставляют массу неудобств. Избавиться от них можно разными способами. Вот самые простые.

Луковую шелуху сложите в банку и залейте столовым уксусом, чтобы он полностью покрывал ее. Закройте горлышко банки калькой, завяжите и оставьте на две недели при комнатной температуре. Через неделю шелуху достаньте, немного подсушите и положите на мозоль. Слой [illegible] не должен превышать [illegible]. Кожу вокруг мозоли [illegible] вазелином или [illegible] жиром. Завяжите и оставьте на ночь. Утром повязку снимите, ногу распарьте и без особых усилий соскоблите мозоль. Если с первого раза окончательно избавиться от мозоли не удалось, то процедуру можно повторить.

Впрочем, существует и более простой вариант. Распарьте место, где у вас мозоль, и привяжите к ней лимонную корку с мякотью. Повторять эту процедуру нужно 2-3 дня подряд, после чего распарьте и аккуратно удалите мозоль.

Владимир РОСЛОВ.
г. Светогорск
Ленинградской области.

Я хотела бы рассказать, как мы смогли вылечить сына от такого неприятного заболевания, как энурез.

ПОМОГЛА КАЛИНА

Возьмите 3-4 корешка калины длиной 30-40 см каждый. Вымойте, порежьте, залейте 3 л воды и кипятите 20-30 минут. Настаивайте 2-3 часа, процедите и давайте пить ребенку в течение дня вместо воды. Желательно выпить весь отвар за 1-2 дня. Сделайте недельный перерыв и снова все повторите. Нам хватило трех процедур, чтобы ребенок вылечился.

Лечение будет эффективнее, если корни выкапывать по осени или весной.

Елена НИКОЛАЕВА.
Иркутск.

САЛАТ ИЗ КАЛЕНДУЛЫ

Хорошо известно, что календула используется при лечении воспалительных процессов в виде настоек, отваров. Мази помогают при ангине, устраняют веснушки. Лечит календула заболевания печени, очищает кровь, снимает спазмы желудка, лечит угри, лишаи, различные воспалительные недуги.

А в нашей семье впервые стали готовить лечебные салаты. Вот как я их делаю. Чистые корзинки цветов приправляю шнитт-луком, ломтиками яйца, солью и сахаром по вкусу, заливаю сметаной или майонезом. Есть еще варианты салата - с помидорами, огурцами. А можно приготовить лечебно-профилактическую пасту. Через мясорубку измельчите соцветия календулы, добавьте сливочное масло и мягкий сыр, укроп - все хорошо перемешайте.

Бернар[illegible]
ДУХНЕВИЧ
Москва.

Мне сейчас 63 года, я

...много подсушите и положите на мозоль. Слой шелухи не должен превышать 2-3 мм. Кожу вокруг мозоли лучше смазать вазелином или каким-нибудь жиром. Завяжите мозоль.

Владимир РОСЛОВ.
г. Светогорск
Ленинградской области.

2-3 дня подряд, после чего распарьте и аккуратно удалите мозоль.

недельный перерыв и снова все повторите. Нам хватило трех процедур, чтобы ребенок вылечился.

Лечение будет эффективнее, если корни выкапывать по осени или весной.

Елена НИКОЛАЕВА.
Иркутск.

лечит угри, лишаи, различные воспалительные недуги.

А в нашей семье впервые стали готовить лечебные салаты. Вот как я их де-

измельчите соцветия календулы, добавьте сливочное масло и мягкий сыр, укроп - все хорошо перемешайте

Бернард ДУХНЕВИЧ.
Москва.

Сейчас очень многие люди, особенно пожилые, страдают от повышенного содержания сахара в крови. Я бы хотела поделиться рецептом, благодаря которому мне удалось снизить сахар практически до нормы.

УБЕРИТЕ ЛИШНИЙ САХАР

Залейте 5 г лаврового листа 3 стаканами холодной воды, прокипятите 7 минут и остудите. В течение трех дней, начиная с 8 утра, каждый час выпивайте по столовой ложке этого отвара. Сделайте двухдневный перерыв, затем снова три дня пейте. Опять двухдневный перерыв и опять три дня принимайте. После третьего приема нужно сделать недельный перерыв. Хорошо бы в этот момент сдать анализ крови. Если сахар в допустимых границах, тогда лечение следует [illegible]вить. Если все еще [illegible] - повторите курс.

Надежда САФРОНОВА.
с. Крутиха
Алтайского края.

ЛАКОМСТВО ДЛЯ ОЧКАРИКА

Мой совет в первую очередь пригодится тем, у кого проблемы со зрением. От очков, конечно, не избавитесь, но поддержать зрение с его помощью вам наверняка удастся.

А вот детям, учитывая, сколько времени они проводят за уроками и телевизором, это лекарство просто необходимо. К тому же оно очень вкусное, не лекарство - а целебное лакомство. 100 г кураги залейте крутым кипятком так, чтобы только покрыть плоды. Настаивайте в течение часа. Измельчите, добавьте 100 г тертой моркови, смешайте. Можно насыпать столовую ложку сахарной пудры. Принимайте "лекарство" каждый день в течение месяца и убедитесь, что глаза будут уставать значительно меньше.

Виктория СУЛТАНОВА.
Псков.

Мне сейчас 63 года, я много времени провожу на даче, в огороде, с удовольствием хожу в лес за грибами и ягодами. О болях в спине даже не вспоминаю. А все потому, что уже много лет каждое утро выполняю гимнастику, а точнее - всего одно упражнение, благодаря которому совершенно избавилась от радикулита и остеохондроза.

ЗАРЯДКА ПРИ РАДИКУЛИТЕ

Гимнастика эта выполняется утром, не вставая с постели. Нужно только убрать подушку из-под головы. После этого возьмитесь руками за спинку кровати и поднимайте ноги как можно выше. Начните буквально с нескольких раз, с каждым днем увеличивая количество упражнений и постепенно доведя до 30. Не переживайте, если не можете поднимать ноги высоко. Со временем у вас будет получаться все лучше и лучше.

Ираида СИЛАКОВА.
г. Собинка
Владимирской области.

КАЛАНХОЭ НА СПИРТУ

Несколько лет я очень страдала от болей в ногах.

К вечеру они у меня сильно опухали, отекали и гудели так, что даже в тапочках ходила с большим трудом. А вылечиться мне удалось с помощью одной настойки.

Полулитровую бутылку до половины заполните измельченными листьями каланхоэ и доверху залейте водкой или спиртом. Поставьте в темное место и время от времени встряхивайте. Через неделю настойка будет готова. Вечером перед сном натирайте ноги, начиная со стопы и постепенно поднимаясь к коленям.

Антонина ВОРОПАЕВА.
Ростов-на-Дону.

КОЖАНЫЙ БУМ

Кожа - уникальный природный материал, с которым вряд ли что-нибудь сравнится по широте применения. Ее неповторимые качества - пластичность и пористость позволяют с помощью технических и художественных приемов создавать фантастически интересные поверхности. Несмотря на большие технологические достижения, пока не удалось создать полную имитацию натуральной кожи.

Из археологических источников до нас дошло и, кстати, используется до настоящего времени множество приемов обработки кожи: крашение, ажурная резьба, аппликация, вышивка, гравировка и тиснение, печать штампами, золочение, серебрение, плетение, инкрустация, выжигание, термообработка, драпировка и плиссировка, живопись по коже (батик).

Кожа - один из самых древнейших материалов, который использует человек вплоть до наших дней. Но до 40-х годов XX века кожа применялась только в спецодежде или в деталях костюма.

1945 год стал знаменательным в истории кожаной моды. Пьер Карден, впоследствии всемирно известный французский модельер стал создавать мужские модели из кожи. И хотя в моде любят напоминать о пословице "Но[illegible] хорошо забытое [illegible] в данном случае [illegible] не соответствует истине. Это [illegible] в моде. Кожа[illegible] затем первых танкистов стали прообразом новой одежды вообще и повседневной одежды из кожи в частности. А ко[illegible]

пальто, юбки, костюмы из нее перешли в разряд повседневной одежды и осели в гардеробе не только молодежи, но даже пожилых людей.

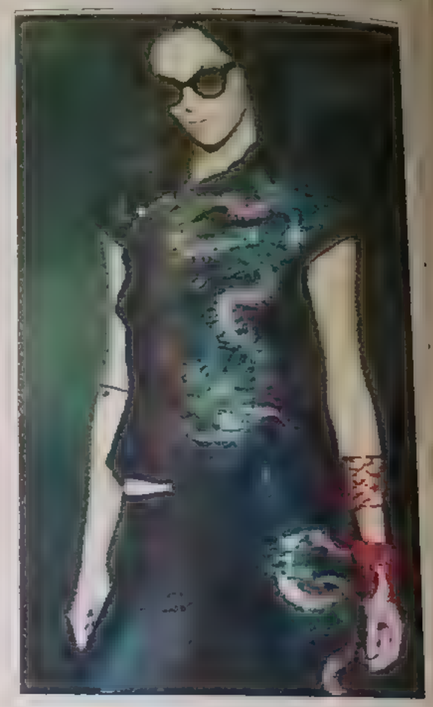
Следующий этап увлечения кожей пришелся на 80-е годы, когда мотивы и образы

черкнуть различие с мещанской средой. Кожа слегка скандальна" - так считает известный французский модельер Жан-Клод Житруа, создатель кожи-стрейч, вечернего платья из кожи и с чьим именем ассоциируется понятие "кожа знаменитостей".

Сегодня трудно найти коллекцию, где бы не было хоть нескольких моделей из кожи. Каковы сегодня модные тенденции в этой сфере и какая роль отводится коже? Ответ прост - коже отводится ведущая роль. Причем кожаные изделия не только следуют общему направлению, но становятся центром композиции в различных ансамблях и комплектах

Марлона Брандо - олицетворение мужской силы и жесткости. Такая ультрамодная сверкающая кожа придает особый шик брючным костюмам и ансамблям из коротких приталенных жакетов с узкими и чуть расклешенными брюками "а-ля байкер", делает их экстравагантными.

В "кожной" моде сегодня жакетам по-прежнему принадлежит главная роль. В различных комплектах на них делается акцент. Это могут быть маленькие жакетики с асимметричной застежкой, с полами разной длины, плотно облегающие фигуру или достаточно объемные, подхваченные мягкими поясами.

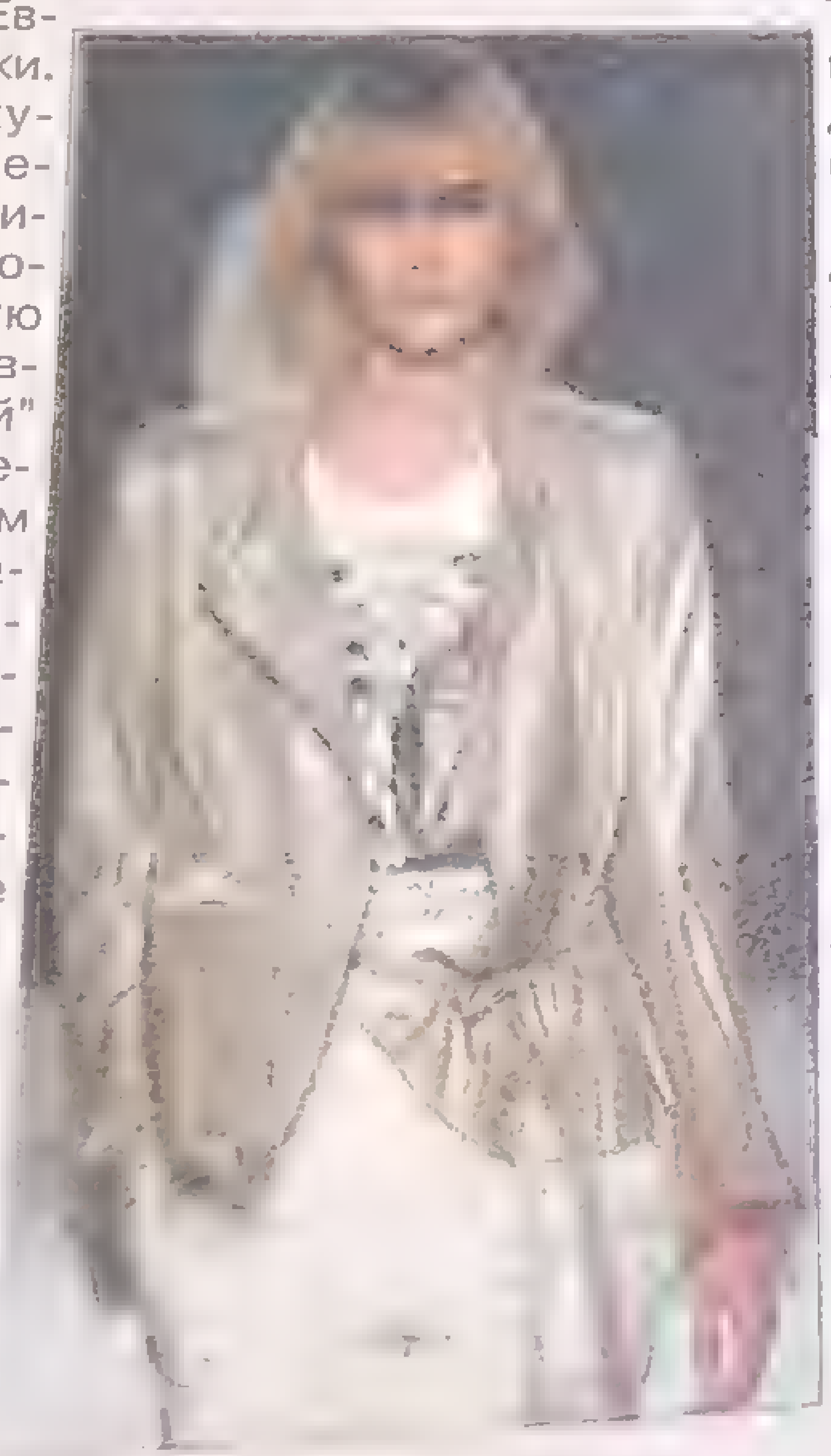


прошла практически в коллекциях всех известных модельеров: маленького черного и плотно облегающего тело, в стиле "менжери" или достаточно объемного, по мотивам 30-х годов XX века, и, наконец, платья-пальто из 80-х. Сделанные из мягкой драпирующейся кожи или имитирующей кожу экзотических пресмыкающихся, они выглядят столь шикарно, что, несмотря на простоту дизайна, создают иллюзию вечерних туалетов Голливуда во времена его расцвета - 30-50-х годов.

Этническая тема также не обошла [illegible] годня "кожаную"

было действительно новое слово в моде. Кожаные тужурки водителей первых автомобилей и летчиков начала века, затем первых танкистов стали прообразом новой одежды вообще и повседневной одежды из кожи в частности. А кожанки комиссаров времен революции и гражданской войны предопределили появление современной милитаристской и технизированной одежды.

60-е годы - революция в моде, и прежде всего переворот в сознании людей, связанных с появлением совершенно новых видов одежды: мини-юбка, джинсы и, конечно, одежда из кожи. Юбочки менее полуметра длиной, жилеты и куртки, пальто, а впоследствии и брюки заполонили улицы городов Европы и Америки.

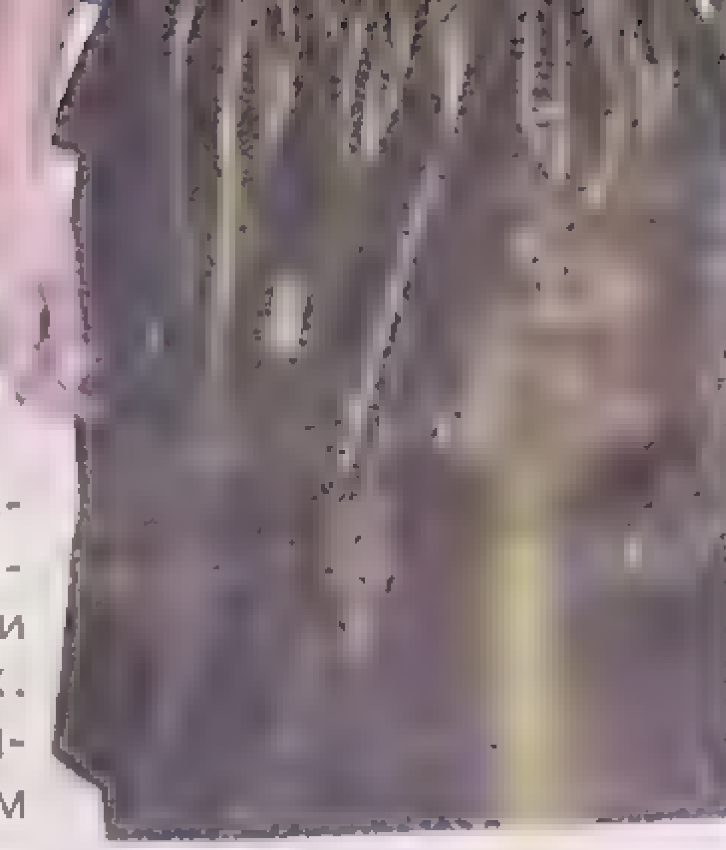


Многие художники, теоретики моды, психологи и социологи напрямую связывают появление "кожаной" моды с зарождением и ростом агрессивных настроений в обществе. Ее зарождение в начале XX века - войны и революции, затем 40-е и 60-е годы и, наконец, пик ее развития - по...дние десяти...ия XX века.

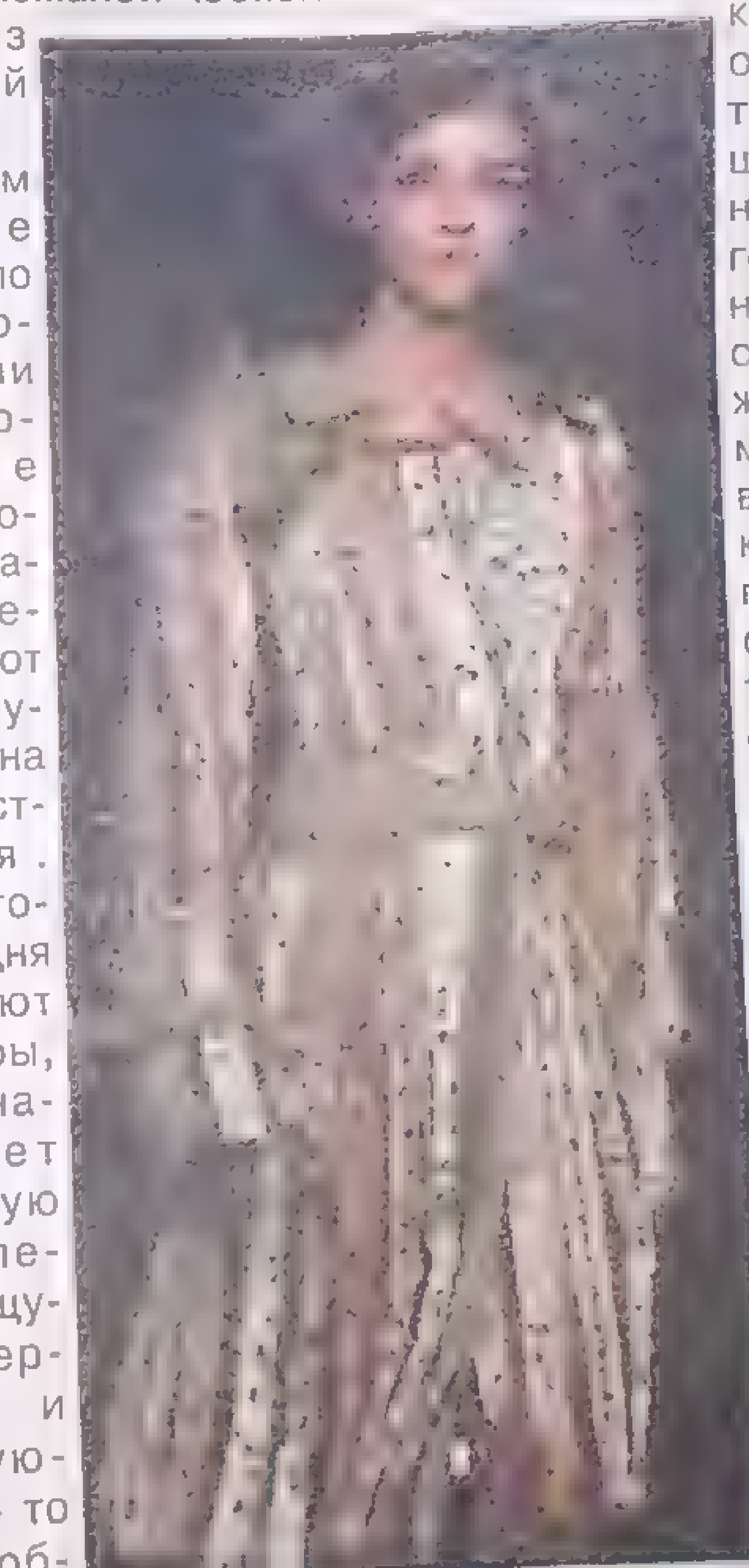
Когда же пер... бум на кожа... одежду про... и острота ...гическо... ...ояния поколений, ...е на расцвет ...стала спадать,

моды 60-х стали привлекательными для стилистов и художников своими совпадениями с настоящим. Только теперь идеи 60-х у модельеров приобрели экстравагантный, а иногда и противоестественный облик, когда кроме крошечных юбочек и жакетов появились шортики и даже купальники, в которых неудобно сидеть, а уж купаться и подавно. Тем самым из одежды вычленили ее главное качество - функциональность и удобство.

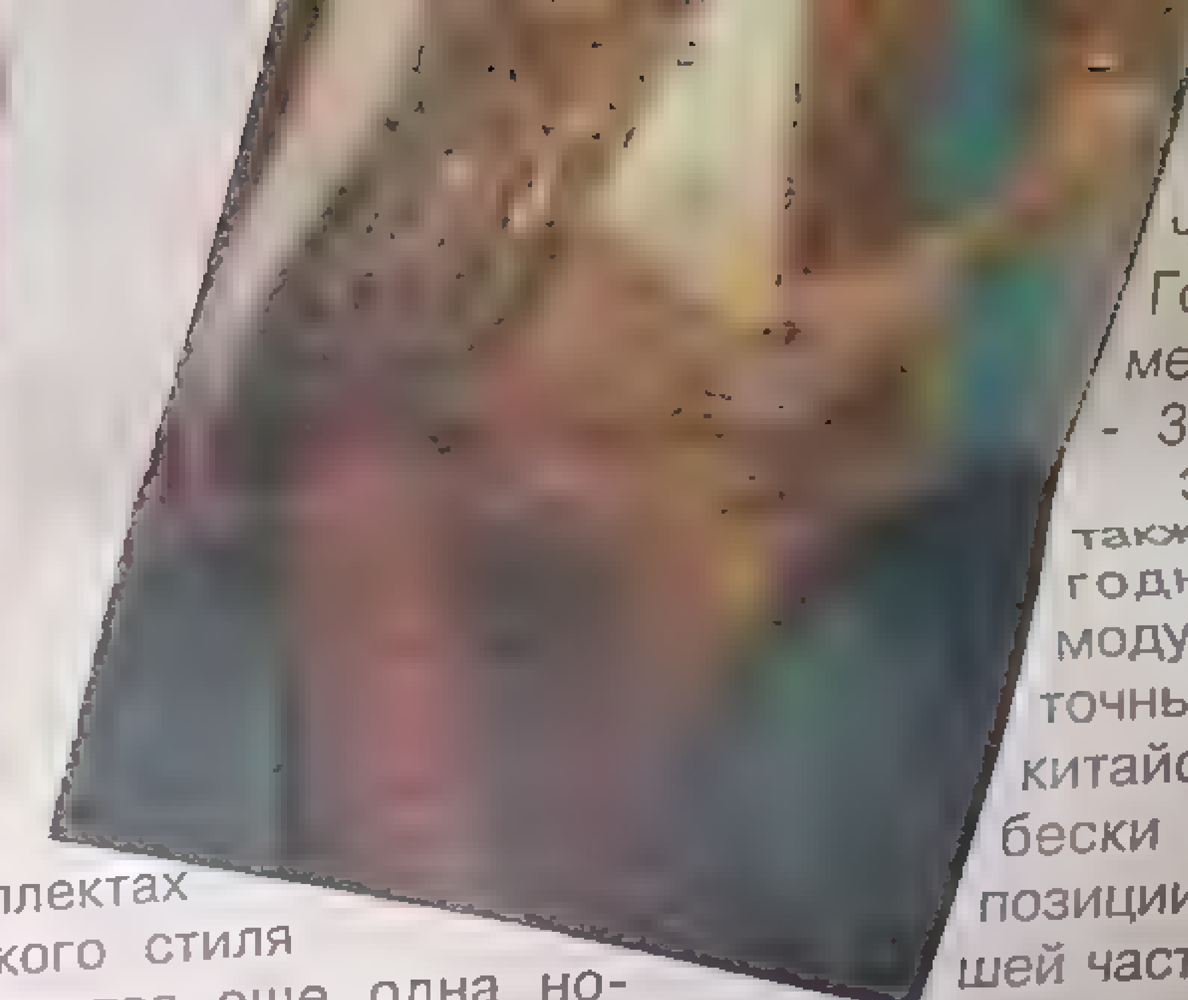
Наконец, последние годы XX и начало XXI века вызвали новый бум "кожаной" моды. "Кожа - это символ протеста, неповиновения. Одеваются в кожу, чтобы под-



...дуют общему направлению, но становятся центром композиции в различных ансамблях и комплектах. При этом вопреки всем правилам модельеры сочетают с кожей якобы несочетаемые материалы: сетку, трикотаж, шелк, шерсть. Шелковую блузку соединяют с короткой кожаной юбкой или юбками из эластичной наппы.



О новом дизайне можно было не говорить, если бы не создание кожи высочайшего качества независимо от того, натуральная она или искусственная. Кожа, которую сегодня используют модельеры, иногда напоминает тончайшую ткань, переливающуюся, сверкающую и струящуюся. Она - то плотно облегает тело ("вторая кожа"), то грубая тяжелая (только с виду) в куртках актеров Джеймса Дина или

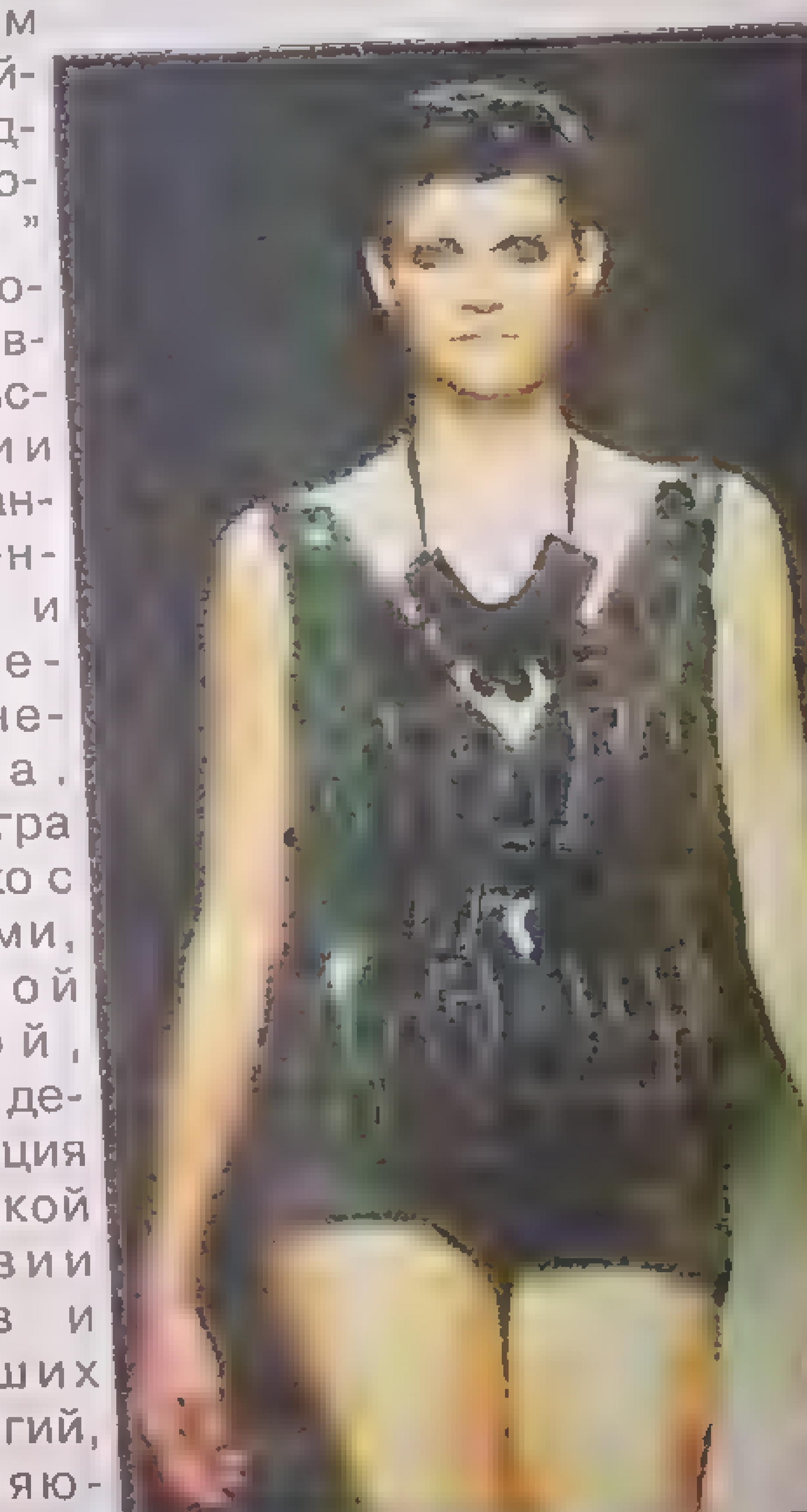


В комплектах городского стиля предлагается еще одна новинка: жакеты с четырьмя накладными карманами, причем карманы зачастую с окантовкой контрастного цвета или с вышивкой. Вообще в нынешнем году дизайнеры представили "кожаную" моду в новой трактовке. В их исполнении она элегантна, женственна и одновременно небрежна. Здесь игра не столько с объемами, цветовой гаммой, сколько демонстрация творческой фантазии авторов и новейших технологий, позволяющих создавать фантастическую поверхность кожи.

Тема "Возвращение платья"

ря на простоту дизайна, создают иллюзию вечерних туалетов Голливуда во времена его расцвета - 30-50-х годов

Этническая тема также не обошла сегодня "кожаную" моду. Вышивка из цветочных орнаментов в китайском стиле, арабески заполняют композиции моделей. Большей частью она располагается асимметрично на полах, или на лацканах воротников, или на карманах. Кожаное кружево, перфорация, высечки, нарочито грубые швы и бахрома также воспроизводят характерные черты этнографического костюма.



Сегодня "кожаная" мода переживает очередной бум. Творческая изобретательность дизайнеров соседствует с новыми технологиями и образами прошлого, создавая моду XXI века.

Татьяна САХАРОВА,
искусствовед.

СВОЙ ЭРМИТАЖ

Когда слышишь слово "Эрмитаж", перед глазами невольно возникает громадный питерский дворцовый комплекс, раскинувшийся вдоль берега Невы, полный неповторимых произведений искусства. При этом редко кто вспоминает, что вообще-то эрмитаж в переводе с французского означает всего лишь место уединения. И первый из дворцов Эрмитажа был как раз и задуман как место уединения, где императрица Екатерина Великая могла бы отвлечься от государственных дел среди художественных произведений своей частной коллекции.

При нынешнем бешеном темпе жизни с ее стрессами и неприятностями каждый человек тоже нуждается в своем эрмитаже. Никто, конечно, не призывает строить для этого собственные дворцы. Но вот отвести уголок уединения в обычной городской квартире посильно почти каждому.

Обстановка такого уголка зависит от ваших вкусов и возможностей. К примеру, в нем вы можете поставить угловую кушетку, а рядом с ней симпатичный табурет, который будет использоваться как незатейливое место для сидения. Не помешает и простой стеллаж или даже полка, выполненная в теплых тонах, где вы сможете свободно разложить книги и какие-нибудь нужные мелочи. Этот домашний эрмитаж станет также для вас и местом, чтобы обдумать, что еще нового вы хотели бы привнести в интерьер жилья.

Впрочем, такой уголок можно сделать не только в городской квартире, но и на [illegible]. Ведь большинство людей проводит отпуск на переполненных курортах, где постоянное общение с окружающими не способствует спокойному размышлению и всякого рода планированию. И когда друзья пригласили меня на пару дней на свою дачу, я воспользовался предложением и не пожалел.

Когда-то их дача была домом местного кузнеца. Небольшая деревянная постройка со ставнями и наклонной крышей, крытой черепицей. Для хозяев этот домик стал убежищем, местом бегства от городского шума и стрессов. Такие старые домики обычно бывают двухкомнатными и имеют вместительный чердак. Посреди дома стоит печь, в которой можно выпекать домашний хлеб. Сегодня такие строения вполне подходят для отдыха современного городского человека. Ведь, хотя наша жизнь радикально изменилась, многие все равно стремятся отдохнуть вдали от бешеного темпа городской жизни.

Прежде чем приспособить такую избушку для отдыха, решите, каким образом вы предпочитаете отдыхать. От этого будет зависеть то, как вы планируете помещение, какой захотите уровень комфорта, какие внесете усовершенствования. Наверняка потребуется новая электропроводка и установка водопровода, даже если рядом есть колодец.

Дайте волю воображению. Поройтесь в старых фотографиях, иллюстрациях, ознакомьтесь с интерьерами других аналогичных домов. Реставрируя такой эрмитаж, постарайтесь сохранить форму окон, дверей, печки. Стены могут быть разных цветов: белые, цвета старого дерева, чайного или медового оттенка.

Перед входом в дом на крыльце поставьте лавочку. А возле дома посадите сирень и мальву. Часто имеется еще сарай, который можно использовать в качестве гаража, комнаты для гостей или мастерской. В таких домиках, как правило, много уголков, в которых разместите старые предметы мебели - и они создадут неповторимый колорит.

Некоторые пристраивают к домику какое-либо дополнительное помещение либо перестраивают уже имеющееся. В интерьере простая печка, фрагмент какого-либо деревянного приспособления или старые часы могут по своей привлекательности конкурировать с современными предметами. В таком уютном месте, образно говоря, вы получите хорошую подзарядку для жизни в городе.

Стефан КРАМЕР,
дизайнер по интерьерам.

БАБОЧКА

[illegible] меланжевой пряжи букле, 30 г [illegible] разных цветов, спицы № 5. [illegible] по 24 ряда. [illegible] спицу 43 см [illegible] по центру детали

большинство лю- чердак. Посреди дома стоит наша жизнь радикально изменилась, многие все равно стре- почитаете отдыхать. От этого будет зависеть то, как вы рас-

Стефан КРАМЕР,
дизайнер по интерьерам.

БАБОЧКА

Вам понадобится: 400 г меланжевой пряжи букле, 30 г белого мохера, по 20 г мохера разных цветов, спицы № 5.

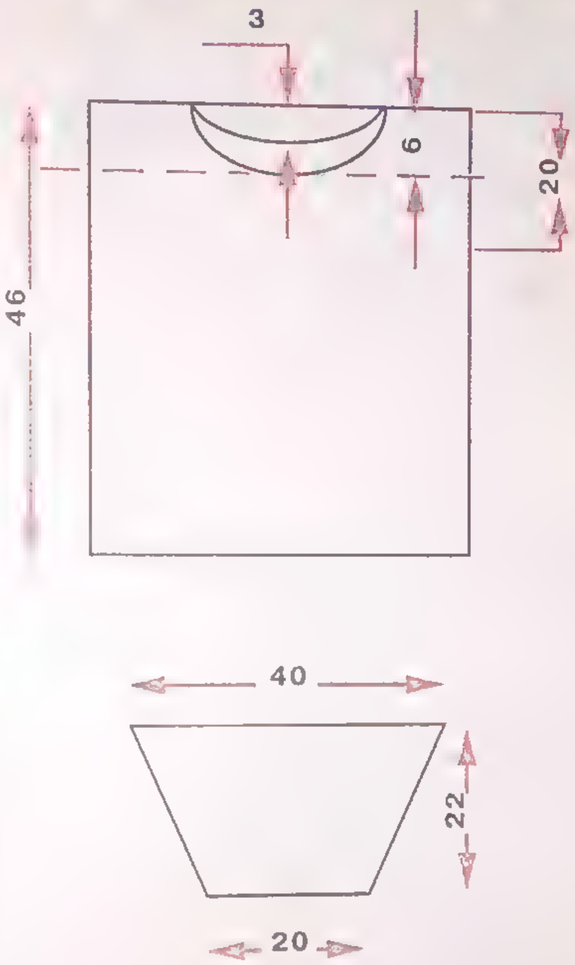
Плотность вязания 10 х 10 см = 16 петель на 24 ряда.

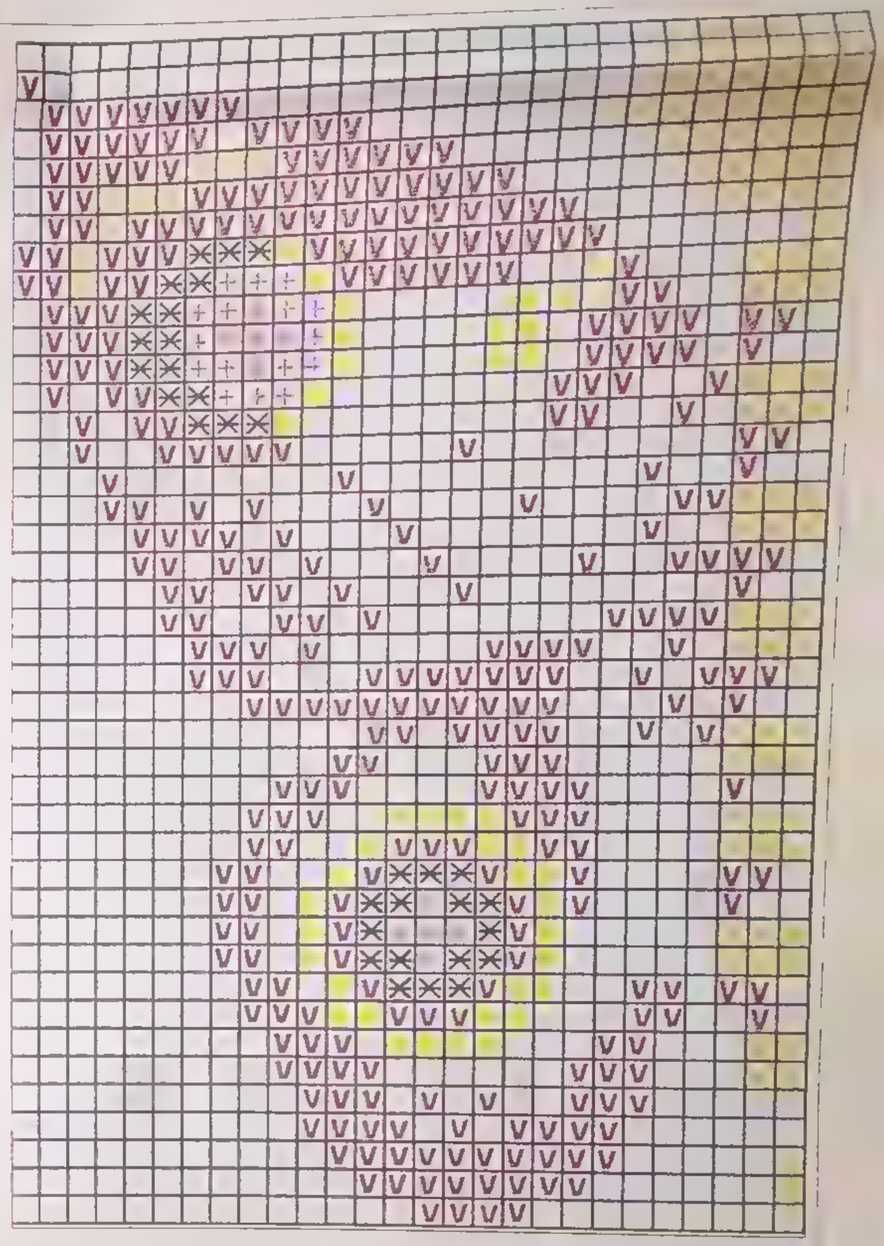
Спинка. Наберите 80 петель, свяжите спинку 43 см высотой и сделайте вырез горловины: по центру детали закройте 10 петель 1 раз и 3 раза по 3 петли справа и слева в каждом 2-м ряду (всего 28 петель). По 26 петель закройте для каждого плеча.

Перед. Начните, как спинку. Через 14 см высоты вывязывайте бабочку по схеме. По высоте бабочка занимает 26 см. После этого закройте петли для выреза горловины 1 раз 10 петель по центру и 3 раза по 3 петли для левой и правой половины.

Рукава. Наберите 40 петель, свяжите 4 ряда белым мохером, затем нитью букле вяжите рукав, прибавляя с двух сторон по 1 петле каждые 4 ряда. Через 22 см закройте все петли.

Людмила ОЛЕЙНИК.





- оранжевый
- черный
- желтый
- розовый светлый
- розовый темный
- голубой
- белый

КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

КУРОЧКА НА СЧАСТЬЕ

ЗРАЗЫ "КУРОЧКА РЯБА"

На 500 г куриного филе возьмите 4 столовые ложки молока, 2 столовые ложки грецких орехов, 2-3 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки тертого сыра, яйцо, по 2 столовых ложки панировочных сухарей и муки, растительное масло для жарки, соль, перец.

Куриное филе дважды пропустите через мясорубку, добавьте молоко, соль и перец. Из массы сформируйте 8 круглых лепешек, на середину каждой положите фарш из измельченных орехов с сыром и размягченным сливочным маслом и скатайте шарики. Смочите зразы во взбитом яйце, запанируйте в сухарях и обжарьте в масле.

ПРАЗДНИЧНАЯ КУРИЦА

Вам потребуется курица, луковица, морковка, корень петрушки (если есть), 3 столовые ложки растительного масла, 3 апельсина, лимон.

Апельсины и лимон очистите от кожуры. Кожуру, а также лук, петрушку, морковь нарежьте кубиками. Отожмите сок из лимона и апельсинов. Курицу порежьте на порционные кусочки и обжарьте в растительном масле. Почти готовые кусочки курицы соедините со смесью из овощей и кожуры цитрусовых, полейте фруктовым соком и тушите под крышкой еще 10 минут.

ЛАКОМЫЙ КУСОЧЕК

Два окорочка помойте, посолите, поперчите, обмажьте жиром, уложите на противень. Поверх мяса выложите нарезанные тонкими полукольцами 2 луковицы, нарезанные тонкими ломтиками 2 яблока, полстакана чернослива без косточек, сверху посыпьте тертым сыром, залейте 0,5 л сметаны и запеките в духовке.

РУЛЕТ ИЗ КУРИЦЫ "СЧАСТЬЕ"

Возьмите 3 яйца, 0,5 стакана молока, 2 столовые ложки муки, среднюю курицу, морковь, луковицу, 100 г изюма, соль, перец.

Приготовьте смесь из яиц, молока и муки, как для омлета. Посолите, поперчите по вкусу. Курицу промойте. Отделите ножом филейные части, отбейте, посолите, поперчите. Испеките омлет, на столе разложите влажную марлю, на нее - омлет, поверх омлета - кусочки курицы, посыпанные изюмом, осторожно заверните все слои в марлю так, чтобы курица была внутри рулета. Завяжите ниткой, варите в подсоленной воде в течение полутора часов. Во время варки в бульон добавьте очищенные морковь и репчатый лук.

Готовый рулет выньте из отвара и положите под пресс на час. Подавайте холодным.

КУРИНЫЕ НОЖКИ С КЛЮКВОЙ

На 3-4 куриных окорочка вам потребуется 150 г пшеничного хлеба, 2 стакана клюквы, 2 столовые ложки сахара, 50 г сливочного масла, чайная ложка соли, перец по вкусу.

Куриные окорочка промойте и очень аккуратно отделите от них кожу, в 3-4 местах сделайте глубокие, до костей, надрезы. Свежую клюкву пропустите через мясорубку, засыпьте сахаром и оставьте на час. В это время поджарьте на сливочном масле нарезанный мелкими кубиками хлеб. Когда клюква даст сок, осторожно смешайте ее с поджаренными хлебцами, посолите, поперчите. Этим фаршем начините надрезы в окорочках, затем поставьте в духовку на 25-30 минут, постоянно поливая их топленым маслом.

ОКОРОЧКА, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ И ОРЕХАМИ

Вам потребуется 3 куриных окорочка, 100 г твердого сыра, 50 г грецких орехов, 3 зубчика чеснока, яйцо, соль, перец, пучок петрушки, 2 столовые ложки майонеза, кетчуп по вкусу, сок одного лимона.

Окорочка аккуратно надрежьте, выньте косточку, мякоть отбейте, сбрызните лимонным соком, посолите, поперчите и поставьте на час в холодильник.

Сыр натрите, смешайте с измельченным чесноком, рубленой зеленью петрушки, сырым яйцом, мелко порубленными грецкими орехами. Посолите, добавьте по вкусу специи, хорошо перемешайте.

Нафаршируйте полученной смесью выемку в окорочке, сверните, положите на противень, смажьте майонезом (по желанию смешанным с кетчупом) и запекайте в духовке в течение 20-25 минут.

Надежда ВОРОЖЦОВА.
Ижевск.

СЛАДКАЯ КЛУБНИКА

Сейчас лето - самая клубничная пора, и я хотела бы предложить несколько рецептов клубничных десертов.

добавьте 3 столовые ложки сахара и немного лимонной кислоты. Нагрейте и разный сок. Получившейся розовой пеной покройте ягоды.

КЛУБНИКА С БАНАНАМИ

ЧЕРНИЧНО-БАНАНОВАЯ ПИЦЦА

Для теста вам потребуется стакан муки, полстакана молока столовая ложка сливочного масла, чайная ложка сухих дрожжей.

Для начинки - три четверти стакана черники, 2 банана, полстакана очищенных грецких орехов, 2 чайные ложки того ного молока, 150 г сырковой массы, 2 чайные ложки сахара.

Муку хорошо разотрите с маслом. Дрожжи разведите теп-

СЛАДКАЯ КЛУБНИКА

Сейчас лето - самая клубничная пора, и я хотела бы предложить несколько рецептов клубничных десертов.

ФРУКТОВЫЙ ТОРТ

Из 3 яиц, 3 столовых ложек сахарной пудры и 3 столовых ложек муки приготовьте бисквитное тесто. Испеките корж и охладите. Взбейте 4 желтка со столовой ложкой муки, влейте 2 стакана молока, всыпьте стакан сахара и варите, помешивая, до густоты. Снимите с огня, добавьте ванилин и залейте бисквит. Килограмм клубники засыпьте 3 столовыми ложками сахара, выдержите полчаса, отцедите и выложите на крем. Выделившийся сок слейте. Если не получился стакан жидкости, долейте воды, добавьте 3 столовые ложки сахара и немного лимонной кислоты. Нагрейте и растворите в нем 10 г предварительно замоченного желатина. Желе чуть-чуть охладите и залейте им торт.

КЛУБНИКА С РОЗОВЫМ СНЕГОМ

Вам потребуется 1 кг клубники, 8 столовых ложек сахарной пудры, 2 белка.

Половину клубники уложите на блюдо и посыпьте 2 столовыми ложками сахарной пудры. Оставшиеся ягоды протрите через сито и в полученное пюре добавьте 2 столовые ложки сахарной пудры. Белки взбейте в пену с оставшимся сахаром и добавьте в клубничный сок. Получившейся розовой пеной покройте ягоды.

КЛУБНИКА С БАНАНАМИ И ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

Клубнику (500 г) переберите, вымойте, выложите на салфетку. Банан очистите и нарежьте круглыми дольками. Ядра 5 грецких орехов вымойте горячей водой. Клубнику, ломтики бананов и орехи слоями выложите в банку. Смешайте по 250 г коньяка и сахара, щепотку имбиря и налейте в банку так, чтобы фрукты были полностью покрыты жидкостью. Банку закройте и настаивайте 2-3 дня.

Светлана СУХАНОВА.
Оренбург.

ЧЕРНИЧНО-БАНАНОВАЯ ПИЦЦА

Для теста вам потребуется стакан муки, полстакана молока, столовая ложка сливочного масла, чайная ложка сухих дрожжей.

Для начинки - три четверти стакана черники, 2 банана, полстакана очищенных грецких орехов, 2 чайные ложки топленого молока, 150 г сырковой массы, 2 чайные ложки сахара.

Муку хорошо разотрите с маслом. Дрожжи разведите теплым молоком и влейте в смесь муки и масла. Месите до тех пор, пока тесто не станет гладким и однородным. Раскатайте его в лепешку диаметром примерно 30 см, уложите в смазанную маслом форму, слегка приподняв края. Ровным слоем выложите сырковую массу, сверху - нарезанные кружочками бананы. Засыпьте черникой. Края теста загните. Смажьте маслом. Чернику и бананы посыпьте измельченными орехами и сахаром. Выпекайте в течение 10-12 минут в духовке, разогретой до 200 градусов.

ПИРОГ С ЗЕМЛЯНИКОЙ ИЛИ МАЛИНОЙ

Из стакана муки, яйца, 150 г сливочного маргарина и половины стакана сахарного песка приготовьте сладкое песочное тесто. Раскатайте и выложите на смазанную сковороду, оставив поднятые края. Сверху насыпьте 2 стакана земляники или малины, края теста загните. Взбейте до однородной массы 500 г сметаны, 2 яйца и полстакана сахара. Полученной массой залейте ягоды. Выпекайте при температуре 190-200 градусов.

Т. ЕФИМЕНКО. пос. Ремовский Алтайского края.

КОРОЛЕВСКИЙ САЛАТ И МИНИСТЕРСКИЙ ШНИЦЕЛЬ

КУРИЦА ПО-КИТАЙСКИ

Кусочки курицы или окорочков перемешайте с солью и пряностями. Я добавляю хмели-сунели. Дайте немного постоять. Затем слегка обжарьте на растительном масле. Курицу выложите, а в том же масле обжарьте лук, чеснок, морковь, порезанные колечками, нашинкованную кубиками капусту, стручковую фасоль. Немного потушите и положите нарезанные кубиками помидоры. Если есть, полейте соевым соусом. Затем добавьте немного спагетти. Залейте кипящей водой или бульоном так, чтобы все было покрыто жидкостью. Когда вода практически выкипит, накройте сковороду крышкой и тушите на слабом огне еще минут 10.

МИНИСТЕРСКИЙ ШНИЦЕЛЬ

1 кг свинины или говядины порежьте кусочками, слегка отбейте, посолите, поперчите, сложите в эмалированную кастрюлю. Взбейте 3 яйца с 3 столовыми ложками майонеза и крахмала, полученной смесью залейте мясо. Поставьте кастрюлю в холодильник на 12 часов. После этого жарьте мясо на растительном масле.

ЦЫПЛЕНОК В МЕДОВО-СОЕВОМ СОУСЕ

Два окорочка обжарьте на растительном масле до золотистого цвета, залейте смесью из трети стакана соевого соуса и столовой ложки меда, накройте крышкой и потушите на слабом огне 25-30 минут.

КОРОЛЕВСКИЙ САЛАТ

Порежьте маленькими кубиками 500 г отварной говядины. Две небольшие луковицы измельчите и опустите в горячую воду, сразу же слейте и промойте холодной. Благодаря этому лук будет хрустеть, а специфический запах и горечь пропадут.

На блюдо выложите мясо, немного посолите, смажьте майонезом, сверху посыпьте луком. На мелкой терке натрите 5 сваренных вкрутую яиц и высыпьте их на лук. И самый последний слой - 100-150 г тертого сыра. Все залейте майонезом и оставьте настаиваться 2-3 часа.

КОТЛЕТЫ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

Пропустите через мясорубку 1 кг говядины и 3 луковицы. Добавьте соль, перец по вкусу, 3 яйца, 4 столовые ложки муки, чайную ложку соды, сметану и майонез, взятые по половине стакана. Хорошо перемешайте, сформируйте котлеты. Панировать не нужно. Выложите их на смазанный противень и на 10-12 минут поставьте в духовку. Котлеты получаются очень нежные.

ЛЕПЕШКИ

Из 2 яиц, стакана молока или кефира, половины чайной ложки гашеной соды и 3-4 стаканов муки замесите тесто. Дайте ему постоять полчаса. После этого раскатайте очень тонко, как на домашнюю лапшу. Вырежьте лепешки произвольного размера. На половинку лепешки выложите начинку. Это может быть отварной картофель, протертый с творогом и укропом, мясной фарш, натертые на крупной терке яблоки с сахаром. Теперь сложите лепешку пополам, тщательно защипите края и обжарьте с обеих сторон на растительном масле. В зависимости от начинки подавайте со сметаной или посыпав сахарной пудрой.

Людмила ЦИБИЗОВА.
с. Полуямка
Алтайского края

Хочу предложить рецепты трех знаменитых тортов, которые знают и любят во многих странах мира.

ИСТОРИЧЕСКАЯ ВЫПЕЧКА

ТОРТ "ЛЕДИ БАЛТИМОР"

Этот торт был подробно описан в романе Оуэна Уистера "Леди Балтимор". С тех пор он стал для американцев одним из любимейших тортов.

Смешайте 2,75 стакана просеянной муки, 4 чайные ложки пекарского порошка и три четверти чайной ложки соли. Просейте 2 раза. 175 г сливочного масла разотрите со стаканом сахара до образования однородной массы. Взбивая эту массу, введите в нее муку с пекарским порошком и солью и стакан молока. Вводить следует поочередно и постепенно (четвертую часть муки - третью часть молока), так, чтобы начать и закончить мукой.

Добавьте в получившуюся массу чайную ложку миндальной эссенции и осторожно введите взбитые с половиной стакана сахара 4 яичных белка.

Разделите тесто на 3 части и выпекайте на смазанной маслом и посыпанной мукой сковороде (диаметром 22-24 см) три коржа. Выпекать нужно 30 минут. Готовый корж оставьте на 5 минут в форме, только этом выньте и охладите.

Приготовьте сахарный сироп для пропитки торта: насыпьте в кастрюлю стакан сахара, влейте полстакана воды, помешивая, доведите до кипения. Дайте покипеть 6-7 минут. Добавьте пол чайной ложки

хов, стакан рубленого инжира и полстакана изюма залейте коньяком или хересом. Через 2 часа коньяк нужно слить, а орехово-фруктовую массу соединить с половиной приготовленного белкового крема.

На блюдо положите первый корж, покройте его половиной орехово-фруктовой начинки. Сверху выложите второй корж, покройте его оставшейся орехово-фруктовой массой. Положите третий корж, промажьте торт сверху и с боков белковым кремом.

ТОРТ "НАПОЛЕОН"

По легенде, этот изысканный торт, бока которого похожи на срезы карьера, изобрел на острове Святой Елены повар Наполеона.

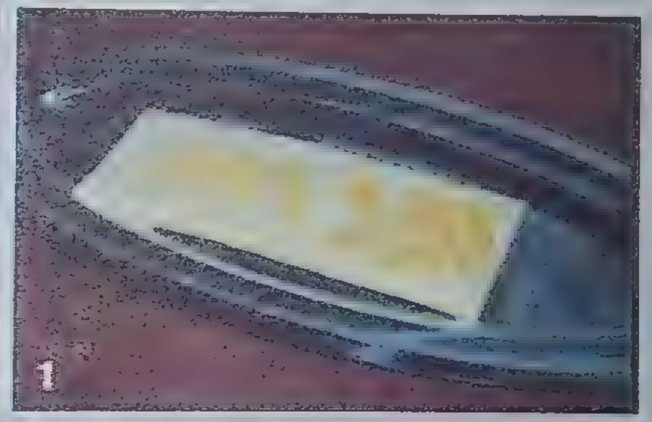
На разделочной доске порубите ножом 400 г маргарина, понемногу подсыпая муку (всего 4 стакана) и подливая стакан воды и 2 столовые ложки водки. Когда тесто получится однородным, скатайте его в шар и разделите на 10-12 частей, положите в холодильник. Через час куски теста по очереди и быстро (чтобы не растаял) тонко раскатайте. Можно использовать бутылку, наполненную холодной водой. Намотайте корж на скалку и перенесите на сухой чистый противень, кое-где наколите его вилкой, чтобы не появились пузыри. Несколько ми-

ГОРЯЧЕЕ МОРОЖЕНОЕ

Об одном из лучших столичных кулинаров Николае Николаевиче ИЛЮШИНЕ уже неоднократно рассказывалось на страницах нашей газеты. Сегодня мы публикуем рецепт горячего мороженого, который был известен в России в прошлые века, потом забыт, а вот сейчас вновь восстановлен Николаем Николаевичем.

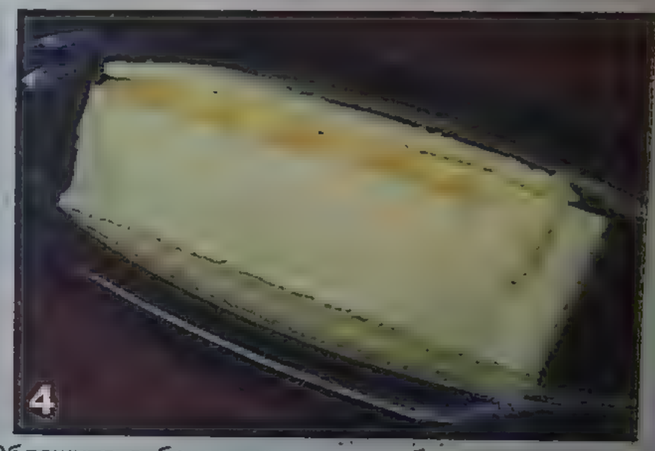
Для приготовления блюда вам понадобятся: бисквит (выпеченный по обычному рецепту), ягоды, фрукты (они могут быть свежими или консервированными), мороженое.

Предварительно выпеченный бисквит разрежьте на пластины.


1

2

На одну выкладываются ягоды, фрукты (в данном случае дольки консервированных персиков). Сверху кладется вторая пластина (такая же по размеру, как и первая), и на нее также выкладываются дольки персика, на них - кусочки мороженого. Сверху мороженого вновь положите пластину бисквита, наверх которой - дольки персика.


4

Обложите с боков пластинами бисквита, украсьте ягодами и залейте взбитыми сливками. Затем поставьте в разогретую до 200 градусов духовку на полминуты-минуту, не больше.

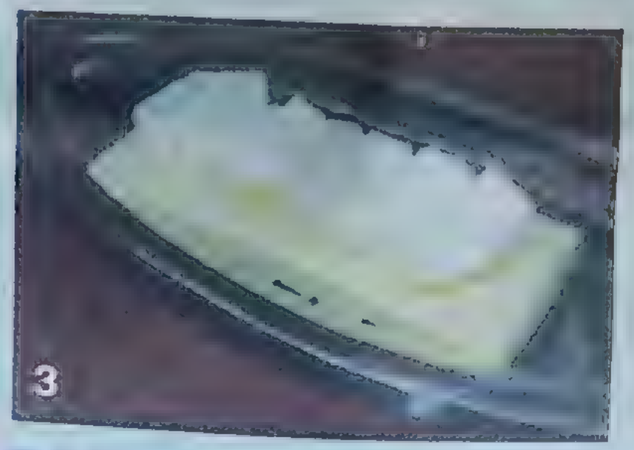
5

Готовое блюдо можно посыпать сахарной пудрой.

сыпьте в кастрюлю стакан сахара, влейте полстакана воды, помешивая, доведите до кипения. Дайте покипеть 6-7 минут. Добавьте пол чайной ложки миндальной эссенции. Горячим сиропом полейте коржи.

После этого приготовьте белковый заварной крем: положите в кастрюлю 3 стакана сахара, налейте стакан воды и добавьте четверть чайной ложки винного уксуса. Варите на слабом огне 20 минут. Готовый горячий сироп тонкой струйкой влейте в уже взбитые до образования густой пышной массы 3 белка. Продолжайте взбивать еще 2 минуты, после того как весь сироп будет введен в белки. Сразу же после заваривания в крем добавьте щепотку соли и четверть чайной ложки миндальной эссенции.

Теперь нужно сделать орехово-фруктовую начинку: 2 стакана рубленых грецких орехов. Отварную свеклу и подготовленный ревень пропустите через мясорубку, заправьте по вкусу сливочным маслом или сметаной, солью, сахаром. Поставьте на огонь и варите 5-10 минут, постоянно помешивая. Остудите и подавайте на стол.



Готовое блюдо можно посыпать сахарной пудрой.

ПИРОГ СЕСТЕР ТАТАН

Этот старинный перевернутый, или опрокинутый, пирог был изобретен в XIX веке, после того как одна из сестер Татан уронила испеченный пирог на пол.

В круглой форме растопите 2,5 столовой ложки сливочного масла и всыпьте стакан сахара. Проварите на слабом огне до получения карамельной массы. 4-5 больших яблок (1,5 кг) очистите от кожуры и разрежьте на 6 долек каждое. Выложите яблочные дольки на горячую карамель в виде спирали. 250 г готового слоеного теста раскатайте в пласт и вырежьте круг немного больше формы с карамелью. Накройте яблоки тестом, края подверните вовнутрь и поставьте в духовку на 20-25 минут - до готовности теста.

Форму накройте блюдом, и, ловко перевернув его, вы увидите венок из яблок, запеченных в карамели. Стакан холодных густых сливок взбейте с половиной стакана сахара в пышную массу. Сливки выложите поверх яблок "шапкой", посыпьте тертым шоколадом.

Вероника ДОНЦОВА.
Новочеркасск
Ростовской области.

Теперь нужно приготовить белковый заварной крем: положите в кастрюлю 3 стакана сахара, налейте стакан воды и добавьте четверть чайной ложки винного уксуса. Варите на слабом огне 20 минут. Готовый горячий сироп тонкой струйкой влейте в уже взбитые до образования густой пышной массы 3 белка. Продолжайте взбивать еще 2 минуты, после того как весь сироп будет введен в белки. Сразу же после заваривания в крем добавьте щепотку соли и четверть чайной ложки миндальной эссенции.

Теперь нужно сделать орехово-фруктовую начинку: 2 стакана рубленых грецких орехов. Отварную свеклу и подготовленный ревень пропустите через мясорубку, заправьте по вкусу сливочным маслом или сметаной, солью, сахаром. Поставьте на огонь и варите 5-10 минут, постоянно помешивая. Остудите и подавайте на стол.

КИСЛЕНЬКОЕ ЛАКОМСТВО

САЛАТ ИЗ РЕВЕНЯ И СВЕКЛЫ

На 100 г свеклы возьмите черешок ревеня. Сметана, соль, сахар берутся по вкусу.

Отварную или запеченную свеклу очистите, нарежьте кубиками, добавьте нарезанный мелкими кусочками ревень, заправьте сахаром, солью и сметаной.

А можно приготовить более оригинальный вариант этого салата. В этом случае заправляется он сметаной, в которую помимо соли и сахара добавлены хрен и горица по вкусу. Пропорции свеклы и ревеня остаются теми же, при желании можно нарезать еще половину луковицы.

ИКРА

Готовится икра из расчета черешок ревеня на 100 г свеклы. Отварную свеклу и подготовленный ревень пропустите через мясорубку, заправьте по вкусу сливочным маслом или сметаной, солью, сахаром. Поставьте на огонь и варите 5-10 минут, постоянно помешивая. Остудите и подавайте на стол.

КВАС ИЗ РЕВЕНЯ

На 1 л воды возьмите 150 г ревеня, 70-80 г сахара, 1,5-2 г дрожжей.

Черешки ревеня нашинкуйте кусочками или брусками в 2-3 см, опустите в кипящую воду и кипятите 5-7 минут. Процедите через марлю, остудите. Заправьте холодный отвар сахаром и дрожжами, поставьте в теплое место. Через 8-10 часов квас готов. Разлейте в стеклянную посуду и поставьте на холод.

КИСЕЛЬ

Черешки ревеня (0,5 кг) разрежьте на кусочки, залейте 0,5 л кипятка и проварите 5-7 минут. Охладите и протрите через сито. Затем насыпьте сахар по вкусу, добавьте немного ванилина или корицы. В стакане воды разведите 2-3 столовые ложки крахмала и, непрерывно помешивая, аккуратно влейте в массу. (Доведите до кипения, снимите с огня, охладите.) Ее можно добавлять в любой фруктовый кисель или подавать как самостоятельное блюдо с молоком или сливками.

КОМПОТ ИЗ РЕВЕНЯ

400 г очищенного ревеня нарежьте кусочками длиной 2-3 см и варите в 500 г воды, добавив 100 г сахара и щепотку соли. Для улучшения вкуса можно положить несколько кружочков лимона или апельсина. Если вкус покажется несколько резковатым, то его смягчит ложка муки. Также в компот можно добавить сливки или сгущенное молоко.

ВАРЕНЬЕ

На 1 кг ревеня возьмите 1,5 кг сахарного песка. Нарезанный ревень пересыпьте половиной сахара и выдержите 8-10 часов, чтобы выделился сок. Слейте его, постоянно помешивая, доведите до кипения, всыпьте оставшийся сахар. Когда сироп снова закипит, опустите в него кусочки ревеня, доведите варенье до кипения, снимите с огня и дайте час постоять. Затем снова кипятите на слабом огне 5 минут и прямо с огня разлейте в прокипяченные или ошпаренные банки.

Людмила САБУРОВА.
пос. Нежитино
Костромской области.

МИНИ-БИКИНИ - 2

На купальники, как и на любую одежду, распространяются веяния моды. А мода, как известно, дама капризная. Ведущие фирмы ежегодно разрабатывают новые коллекции и до последнего держат их в тайне - не дай Бог, конкуренты узнают и "слизнут" эксклюзивные модели.

Понятие "купальная" мода включает в себя множество факторов. Это и цветовая гамма, и ткани, и конструктивные решения, и аксессуары. Но в каждой коллекции наряду с ультрамодными моделями, которые будут задавать тон на курортах мира, есть и классические - те, что на все времена.

Каким отдать предпочтение, каждая решает для себя сама. Важно только помнить, что хит сезона на то и хит, что следующим летом он уже перестает им быть. В классической же модели можно не бояться отстать от моды.

Кстати, выходя на пляж, женщины преследуют самые разные цели. Скажем, одна мечтает о бронзовом загаре, другая не представляет себе отдыха без купания, а третья использует пляж как подиум, демонстрируя достоинства своей фигуры.

Понятно, что купальники эти дамы выберут разные. Первая, если, конечно, фигура позволит, нацепит нечто из тре[illegible] и веревочек. Вто[illegible] отдаст пред[illegible] купальни[illegible] о том, [illegible] костюм приба[illegible]тельности, кое-[illegible] а кое-где уба[illegible]

тесной примерочной, а заранее - дома, у большого зеркала. Можно надеть старый купальник и отметить, что в нем не устраивало, мешало, стесняло. Наверняка при выборе обновки это пригодится.

А дальше - дело техники. И примерки. К счастью, сегодня большинство торговых точек обзавелось собственными примерочными - так что нет смысла лишать себя удовольствия покрутиться у зеркала в разноцветных бикини.

И не надо комплексовать: покупать купальник без примерки - нонсенс. Не бойтесь косых взглядов продавцов и не думайте о запрете на примерку нижнего белья. Купальник - не белье, на него это правило не распространяется. К тому же плавки никто на голое тело не примеряет, а уважающие себя и покупательниц фирмы-производители заклеивают ластовицу специальной полимерной пленкой.

Фасон мини-бикини, к сожалению, подходит далеко не всем. Многие в столь открытом купальнике чувствуют себя чересчур раздетыми, кому-то

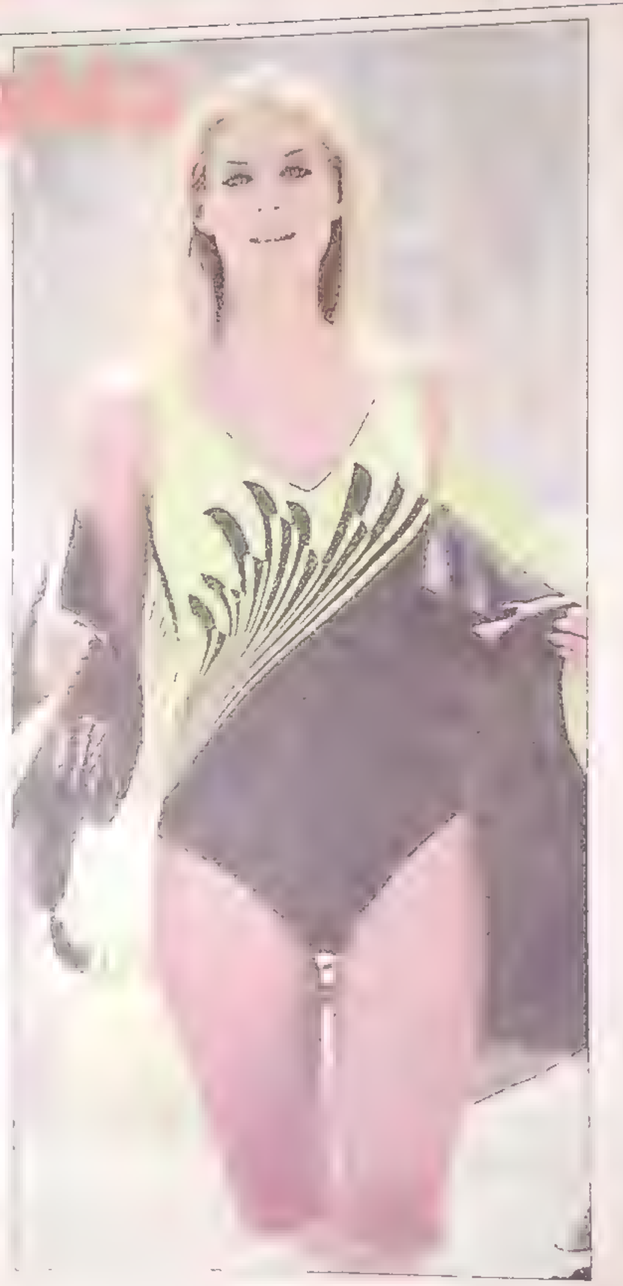
дежным и очень часто дополняется узкими плавочками или трусиками-стринг, вообще не прикрывающими ягодиц. Такой костюм-тройка многофункционален. Захотела позагорать на диком пляже - надеваешь стринг с открытой попкой; решила при всем честном народе поиграть с ребятами в мяч - целомудренно затягиваешься в шортики.

У верхней части купальника - лифа тоже множество фасонов. Для тех, кто любит чувствовать себя свободно в воде и хочет, чтобы купальник быстрее сох, подойдет верх без сформованной чашки: на косточках, в виде треугольничков или обтягивающего грудь топа.

Тем, кто любит дефилировать по пляжу, ловя на себе восхищенные взгляды, стоит выбирать модели с лифом, скроенным по форме груди. Фирмачи говорят - "на чашке".

Многие фирмы предлагают чашки с жест-

кой основой - фор-



ди, стоит обратить внимание на купальники с мягкими вкладышами-подушечками (push up). Такой лиф хорошо держит форму, позволяя дамам выдавать желаемое за действительное. Правда, после купания сохнет он довольно долго, но что делать: красота требует жертв!

На более серьезные жертвы приходится идти дамам, которые выбирают купальник с силиконовыми вкладышами. Мало того что такой лиф стано-

ние, раздельный купальник, конечно, ни к чему. Но и в цельном совершенно не обязательно чувствовать себя монашенкой. Пусть вы не в восторге от своего живота и складок вокруг талии, но спину-то открыть можно! В этом случае очень стильно выглядят узкие бретельки, перекрещивающиеся на спине, или бретель-петля, оставляющая спину открытой и позволяющая ей ровно загореть.

Кстати, у цельного купальника гораздо больше возможностей зрительно изменить пропорции тела, чем у раздельного. Например, боковые вставки контрастных цветов, определенным образом расположенные полоски или рельефные декоративные строчки могут сделать талию уже, а фигуру - стройнее. Весьма ощутимый эффект дает контрастное деление купальника пополам, например светлый верх - темный низ.

В нынешнем сезоне очень модны расцветки, напоминающие шкуры африканских животных: тигра, леопарда, черепахи, крокодила. Актуальна и военная тематика: так что не пугайтесь, если вдруг из моря стройными рядами начнут выходить дамочки в камуфляже. В молодежных коллекциях популярны джинсовые мотивы. Но и традиционные расцветки никто не отменял - крупные и мелкие цветы, геометрические узоры, цветные пятна.

Что касается цвета, то брюнетки могут ликовать: лидером летней гаммы обещает стать красный и его оттенки. А вот тех, у кого с прошлого года остался купальник из блестящей материи, как будто покрытой мельчайшими чешуйками, ждет разочарование. Нынче подвергнутая лазерной обработке ткань уже не [illegible]

Зато на ура иду[illegible]

...ков и веревочек. Вто... возможно, отдаст предпочтение закрытому купальнику. А третья позаботится о том, чтобы пляжный костюм прибаей соблазнительности, кое-что подчеркнув, а кое-где убавив - хотя бы зрительно.

Первое, на что "западает" покупательница у витрины или прилавка, - расцветка. Но не всегда купальник, на который "падает глаз", становится покупкой. Почему?

Да потому, что главное в купальнике - это фасон. Ведь, несмотря на свою открытость, этот предмет летнего гардероба должен подчеркивать достоинства и маскировать недостатки фигуры. А фигуры-то у всех разные. Значит, и плясать надо от печки - то бишь от фигуры.

Для начала нужно трезво оценить плюсы и минусы своего телосложения. Причем делать это лучше не впопыхах в

...мерной пленкой.

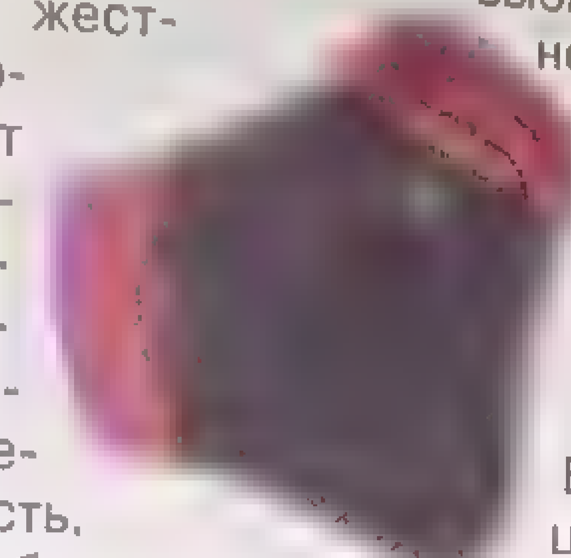
Фасон мини-бикини, к сожалению, подходит далеко не всем. Многие в столь открытом купальнике чувствуют себя чересчур раздетыми, кому-то необходимо прикрыть послеоперационный шрам или замаскировать жировые складки на животе. В таких случаях приходится выбирать плавки, более закрывающие бедра.

Но и здесь нельзя переусердствовать. В последние годы в моду вошли плавки-шорты. Казалось бы, отличная возможность кое-что скрыть и подтянуть. Ан нет: на самом деле шорты укорачивают ноги и делают фигуру массивнее. Если же они будут тесноваты, то обязательно врежутся в тело и образуют некрасивые складки.

Так что запомните: шорты - для худых и длинноногих. Недаром этот фасон считается моло-

...восхищенные взгляды, стоит выбирать модели с лифом, скроенным по форме груди. Фирмачи говорят - "на чашке".

Многие фирмы предлагают чашки с жесткой основой - форму в них держит специальный материал, на ощупь напоминающий картон. Такой лиф придает груди определенную рельефность. Однако он должен быть хорошо подобран по размеру, иначе искусственность бюста будет бросаться в глаза.



Другой вариант: чашка из мягких материалов - поролона или похожего наполнителя. Она не сковывает движений ни в воде, ни на суше, но после водных процедур такой купальник нужно хорошенько выжимать - иначе он будет очень долго сохнуть.

Тем, кто комплексует по поводу небольшого размера гру-

Такой лиф хорошо держит форму, позволяя дамам выдавать желаемое за действительное. Правда, после купания сохнет он довольно долго, но что делать: красота требует жертв!

На более серьезные жертвы приходится идти дамам, которые выбирают купальник с силиконовыми вкладышами. Мало того что такой лиф становится неподъемным, в том числе и в воде, так еще нужно проявлять максимум осторожности при перевозке купальника - не дай Бог рядом окажутся ножницы или острая расческа! Зато какой эффект: силикон обтекает грудь абсолютно естественно, придавая ей весьма пикантные очертания.

Аналогичного эффекта вы вправе ждать от купальников, во вкладыши которых закачан воздух. Такие модели значительно легче силиконовых, но и с ними нужно держать ухо востро - не ровен час, лопнут, как воздушный шарик.

Женщин с пышной грудью волнуют другие проблемы: обычно они выбирают модели на широких лямках, которые хорошо поддерживают бюст.

Тем, кто не хочет выставлять свое тело на всеобщее обозре-

...летней гаммы обещает стать красный и его оттенки. А вот тех, у кого с прошлого года остался купальник из блестящей материи, как будто покрытой мельчайшими чешуйками, ждет разочарование. Нынче подвергнутая лазерной обработке ткань уже не в моде.

Зато на ура идут модели, украшенные стразами, блестками, бусинами, вышивкой из люрекса, эффектными пряжками. Только представьте, как все это будет сверкать и переливаться под южным солнцем!

Как и в прошлом году, очень популярен платок-парео. Этот прямоугольный кусок невесомой ткани, окрашенной в тон купальника или контрастирующей с пляжным костюмом, способен творить чудеса. Обернутый вокруг талии или повязанный в виде тоги или сарафана, он успешно скрывает пышные бедра, полные ноги и проблемные ягодицы. Такой наряд совершенно естественно смотрится на пляже, и в то же время в нем прилично выйти на набережную, заглянуть в кафе. Так что отпадает необходимость таскать с собой на берег моря "цивильную" одежду.

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ!

ФАЛЬКО-ЕККЕЛЬ

Чудо-печка по немецкой лицензии

ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

Обогреет дом и дачу, **защитит** от неожиданных холодов парники и птичники, **приготовит** пищу. Не требует трубы дымохода и вытяжки. Практически не дает запаха, безопасна в эксплуатации, компактна.

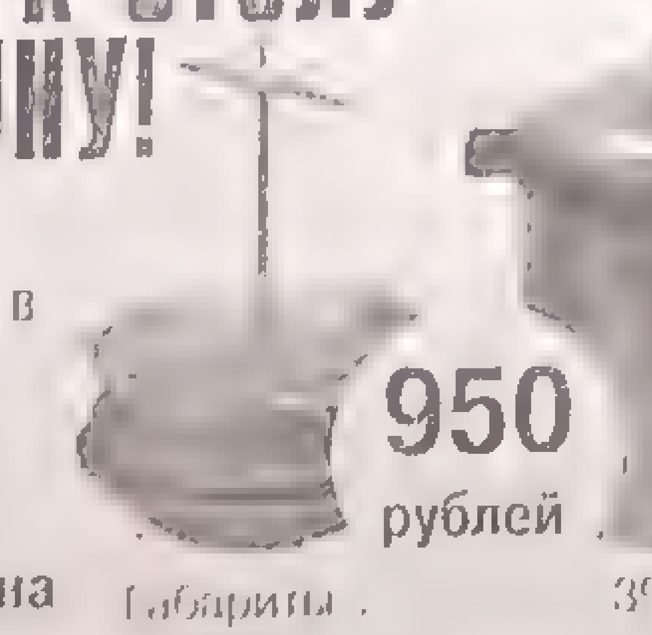
Вес 5,5 кг. Работа без дозаправки 15 часов.
Топливо: дизельное (солярка), керосин.
Расход 2л/сут.

Цена чудо-печки указана с учетом доставки почтой.

ПРИГОТОВЛЮ САМ К СТОЛУ КАРБОНАТ И ВЕТЧИНУ!

С помощью этой коптильни всего за 1,5 часа вы сможете самостоятельно в домашних условиях приготовить деликатесы из мясных и рыбных продуктов и полуфабрикатов.

Цена домашней коптильни указана с учетом доставки почтой.



Габариты . . . 39,5 х 32,5 см
Масса . . . 5,3 кг

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ

ФИО

Чудо-печка Фалько-Еккель

Наш адрес: 101000, Москва, Главпочтамт

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ

СМОТРЯ КАКАЯ ДОЛЯ

У меня доля в квартире. Я хочу зарегистрировать в ней свою гражданскую жену. Должен ли я получить согласие остальных собственников квартиры (своей сестры)?

Виталий Коротков.
Екатеринбург.

Сначала необходимо разобраться, указано ли в документах, какая конкретно часть квартиры вам принадлежит. Если конкретная доля не указана, то вам необходимо будет получить согласие вашей сестры, так как жилье находится в долевой собственности, а пользование и распоряжение ею осуществляется по соглашению всех собственников. Если у вас выделена реальная доля, то согласия сестры не потребуется.

Полоса подготовлена при участии экспертов журнала "Спрос" и юристов кафедры "Правовые основы экономики" МГТУ "СТАНКИН"

ЦАРСКИЙ СОН

Получив новую квартиру, комнату для спальни мы обычно выбираем ту, что поменьше. Стараемся для нее и покрывало, и занавески подобрать покрасивее, и мебель поуютнее, коврик на пол в тон мебели, перину помягче, маленький телевизор, чтобы развлекал... Казалось бы, что еще надо, а не высыпаемся. Может, надо что-то поменять или переставить мебель? Чтобы улучшить микроклимат, создать комфортные условия в вашей спальне, воспользуйтесь советами научного сотрудника Белорусского научно-исследовательского института санитарии и гигиены кандидата медицинских наук Станислава ХУДНИЦКОГО.

- Расцветки штор, обоев, покрывал имеют большое значение: могут как успокоить, так и взбудоражить психику. При этом имейте в виду, что сон, отдых лишь некоторым образом связаны с социальной жизнью. Все, что хорошо на взгляд человека, совсем не нравится "взгляду" подсознания, которому вести ваше тело, мозг и психику в тихую гавань сна. Поэтому спальня должна радовать во всех отношениях. Отдыхать надо не на перине, а на относительно жесткой кровати. На стене в северной комнате повесьте картину, с которой вам улыбается солнце, и ни в коем случае не вешайте ковер. Свет - вот чего всегда не хватает нам в квартирах, выходящих на теневую сторону. Создавать его могут и специальные лампы. Глаза, увидев нарисованный или искусственный источник энергии, передадут в мозг сигнал: свет, тепло, жизнь - настроение сразу улучшится.

Проверьте, есть ли источники излучения в вашей спальне. Большинство из нас живет в коммунальных [illegible]. Они возводят[illegible] проектам,

боль, ощущение разбитости с самого утра могут быть от электромагнитного излучения. Дело в том, что каждый орган в нашем теле трудится на определенной частоте. Например, сердце - около 700 Гц (колебаний в секунду), мозг во сне - 10 Гц, при бодрствовании - 50 Гц. Если рядом есть постоянный источник излучения, работающий на аналогичной частоте, это обязательно приведет к изменению нормальной частоты работы органа. К примеру, усилится биение сердца в полтора раза - и вы рискуете заболеть стенокардией. Наиболее опасно излучение, получаемое во сне, ведь спящий организм беззащитен. Поэтому в идеале в спальне не должно быть источников электромагнитного излучения. Но все предпочитают поставить у изголовья торшер или повесить бра, включить приемник, положить ближе к кровати радиотелефон или мобильник. Попробуйте изолироваться от электроприборов, соблюдая простые правила.

- Не устанавливайте в спальне компьютер и уносите на ночь подальше телефон. Если у вас однокомнатная квартира, отключите их от источника питания на ночь, а на компьютер поставьте горшок с цветком, который в народе называют "тещин язык".

- Телевизор, музыкальный центр, видеомагнитофон, укладываясь спать, обязательно отключайте от сети.

- Не оставляйте у изголовья электронные часы-будильник.

- Не держите в спальне устройства для подзарядки.

- Мощность излучения СВЧ-печей может менять-

левские особы прошлых времен, киноактрисы, красота которых покорила мир, не скрывали, что ложились в одно и то же время и спали непременно 12 часов. А перешагнув 30-летний рубеж, они находили время и для короткого дневного сна. На жизненной активности это не отражалось, а вот красота долго не увядала.

- Как только почувствуете недомогание, не спешите бежать в аптеку за таблетками. Попытайтесь уснуть - организм пополнит энергетические запасы, мышцы глубоко расслабятся и выжмут из себя "больную" воду, которая выделится в виде пота.

- В спальной комнате обзаведитесь растениями с мягкими, округлыми формами. Пушистая зеленая "шапка" быстро наладит правильный энергетический баланс. А вот кактус для комнаты, где вы отдаете себя в объятия Морфея, "квартирант" не подходящий - замените его на домашнюю лилию, перечник или гусиные лапки. Они очистят и даже изменят воздух на "вкус".

- Чтобы улучшить микроклимат, создать комфортные условия, купите керамический испаритель. На дно этой чашечки с дырочками накапайте в воду немного эфирного масла. В аптеках продают сейчас пихтовое, кедровое, лимонное, мятное, миндальное, розовое, лавандовое, абрикосовое. Выберите то, которое вам нравится, разумеется, если у вас нет на него аллергии. Затем поместите испаритель над горящей свечой. Вода будет нагреваться, летучие эфирные вещества создадут восхитительный целебный аромат. Сон станет глубже, здоровье - крепче.

Целебное

мозг сигнал: свет, тепло, жизнь - настроение сразу улучшится.

Проверьте, есть ли источники излучения в вашей спальне. Большинство из нас живет в коммунальных домах. Они возводятся по типовым проектам, которые "привязаны" к месту только географически, без соблюдения правил "борьбы" с аномалиями. Научные открытия последних лет доказывают, что на земле есть "хорошие" и "плохие" места, которые называют геопатогенными. Если постель стоит в такой зоне, то человек непременно тяжело заболеет. Возьмите кусочек янтаря на льняной нитке и медленно обойдите с ним квартиру. В местах геопатогенных зон он будет вращаться влево или раскачиваться, как маятник. Подтвердит правильность вашей "разведки" и валдайский колокольчик. В "плохом" месте его звук глуховат, в "хорошем" - отчетлив и звонок. Переставьте мебель так, чтобы кровать стояла на нейтральной или "доброй" полосе. Подушку положите на северную сторону. Исследования, проведенные на этот счет в России, Англии, США, говорят, что самое правильное положение во сне - головой на север. Потому что человек - существо все же дневное. Целый день он топает по земле, а если представить ее в виде глобуса, то его положение на "шарике" - головой к Северному полюсу. Поэтому телу лучше занимать такую же позицию и ночью. Наши предки и знатные особы об этом знали. В царских и королевских чертогах ложе приставлено к северной стороне. Так что отнеситесь к себе с царскими заботой и вниманием. Нарушенный сон, частая головная

обязательно отключайте от сети.

- Не оставляйте у изголовья электронные часы-будильник.

- Не держите в спальне устройства для подзарядки.

- Мощность излучения СВЧ-печей может меняться, время от времени контролируйте ее с помощью мастера.

- Обычно излучение "собирается" в углах комнаты, поэтому лучше не спать головой к углу.

- Не устанавливайте над кроватью бра, светильники с плафонами, обращенные книзу, - свет должен направляться только вверх.

- Спите в прохладном помещении! У кого ночью температура в комнате 17-18 градусов тепла, тот дольше сохранит здоровье и молодость. Дело в том, что обмен веществ в организме и проявление возрастных особенностей зависят от температуры окружающей среды.

- Здоровый сон - кратчайший путь к омоложению. Коро-

нравится, разумеется, если у вас нет на него аллергии. Затем поместите испаритель над горящей свечой. Вода будет нагреваться, летучие эфирные вещества создадут восхитительный целебный аромат. Сон станет глубже, здоровье - крепче.

Целебное воздействие на организм человека масел давно известно. Врачи древнего Вавилона и Ассирии дарили прекрасное настроение и ощущение счастья тем, кто уже давно пребывал в депрессии, только с помощью трав и масел. Запомните, что укроп, герань, жасмин, лаванда, мелисса, роза, ваниль успокаивают. Ободряют и улучшают самочувствие, полезны для работы мозга мускат, мята, дудник, розмарин, вербена, кедр, лимон, грейпфрут. А со стрессами вам помогут справиться бергамот, герань, жасмин, кориандр, мимоза, бигардия, пачули. Найдите свой аромат для спальни!

Записала Татьяна ХРЯПИНА.

"ХОЗЯЙКА С БАЗАРА ДОМОЙ ПРИНЕСЛА..."

Салатный тест

1. Покупая овощи, вы выбираете:

а) те, что покрупнее; б) те, что почище; в) не выбираете (какие попадутся).

2. В каком виде предпочитаете употреблять овощи:

а) в натуральном сыром; б) в виде супов и гарниров; в) в виде маринадов и солений.

3. Как вы режете овощи:

а) крупными кусками; б) трете на терке; в) как придется.

4. Чем предпочитаете заправлять овощные блюда:

а) подсолнечным маслом б) сметаной; в) майонезом.

5. Какую комбинацию овощей вы предпочитаете:

а) картошка, морковь, капуста; б) лук, помидор, огурец; в) свекла, кабачок, баклажан.

Просуммируйте полученный результат.

Если набрали **7-10 баллов**, вы пунктуальны, уверены в себе, у вас мягкий характер. Окружающие любят доверять вам свои секреты. У вас явные способности к мелкой ручной работе. Вы в людях цените преданность и постоянство.

За выбор "а" начислите себе 2 балла, "б" - 1 балл, "в" - 0 баллов.

Если набрали **4-6 баллов**, вы энергичны, целеустремленны, при желании можете легко достигать намеченных целей. У вас явные качества лидера, вам легко даются иностранные языки. У вас хорошая память на лица, вы могли бы успешно работать педагогом, врачом и продавцом.

Если вы набрали **0-3 балла**, для вас нет ничего дороже собственной свободы. Вы любите путешествовать, ходить в гости и танцевать. Вам больше всего нравятся салаты в столовой и ресторане...

Анатолий САФОНОВ.

ДУХИ СДЕЛАЮТ ВАС СТРОЙНОЙ

Ученые из чикагского научного фонда Smell & Taste Treatmen and Research Foundation выдвинули гипотезу: запах, исходящий от человека, влияет на то, каким его видят другие люди.

Так, если вы подушились одним типом духов, вы будете казаться стройнее, а если другим - толще. Более 10 лет ушло на эксперименты и на выяснение влияния каждого запаха. Было оценено более 100 их комбинаций. Каждый раз после того, как участников испытаний опрыскивали различными ароматами, тест-группе предлагалось оценить их вес. В результате ученые пришли к выводу, что использование цветочно-пряных духов позволяет женщине визуально сбросить до 6 килограммов. Но... только в мужских глазах.

Женщины по-прежнему оценивали вес каждой испытуемой без жалости. Доктор Алан Хирш, возглавляющий группу исследователей, считает, что "либо женщины слишком пристально оценивают вес других женщин, либо мужчины слишком легко попадают под влияние ароматов духов".

Анна КОСТРОВА.

ЗАЧЕМ ВАМ СОБАКА?

Почему человек заводит собаку? Чтобы было с кем поговорить и кем покомандовать, для души и для охраны. А также как игрушку, чтобы было чем занять детей, чтобы пугались на улице, чтобы повелевать, а больше всего просто из прихоти.

Задумайтесь: чем продиктовано ваше желание завести четвероногого друга?

Действительное желание. Вы много лет мечтали о собаке, но в силу определенных обстоятельств не могли себе этого позволить. Теперь же вы располагаете временем, возможностями и средствами для осуществления своей заветной мечты. Ваши домочадцы разделяют ваше желание, а дети уже достаточно подросли, чтобы заниматься с четвероногим дружком, и постоянно пристают к вам с просьбой завести собаку.

Смело решайтесь. В вашей семье пес будет долгожданной радостью. С его появлением ваша жизнь станет светлее, а конфликтные ситуации будут разрешаться легче и спокойнее. Вы приобретете замечательного приятеля, у которого практически не бывает плохого настроения, а собачьи преданность и искренность помогут преодолеть вам трудные жизненные ситуации. Ваши дети станут внимательнее, терпимее и добрее.

Собака-"подачка". Вы работаете почти круглые сутки и можете себе позволить приобрести даже космический корабль, а вашему немного заброшенному, но любимому чаду [illegible] именно собаку. [illegible] уделяйте внимание и подробно [illegible] ребенку все, что считайте лучше и знайте, что даже самые известные питомники с мировым именем живут за счет других, отнюдь не "собачьих" доходов их владельцев.

Но хватит о грустном. Ведь для многих из нас собака - источник не столько хлопот, сколько радости и хорошего настроения. Собака в доме - это ежечасное, ежеминутное общение с преданным и верным другом. Искренность собачьих чувств, как и искренность ребенка, всегда поразительна. Собака всегда простит вас, всегда встретит веселым лаем, когда бы вы ни пришли, сколько бы ни пришлось при этом ждать. Она не укоряет, не критикует, она самая терпеливая в мире. Она всегда, в любой ситуации будет рядом, а в случае опасности не будет считаться со своей жизнью.

Благодаря собаке вы, возможно, даже измените свой взгляд на жизнь. Поймете, как интересно можно жить на свете. Научитесь радоваться жизни, когда к этому, казалось бы, нет никаких оснований. Вы обнаружите в себе массу неожиданных способностей. Сможете часами гулять на свежем воздухе, невзирая на погоду, бродить поздно вечером по темным скверам и паркам. Вспомните, что умеете кататься на велосипеде и неплохо ходить на лыжах. Вы узнаете множество вещей, о которых раньше и не подозревали. Обнаружите, что в ближайшем парке по деревьям скачут белки, что угрюмый с виду прохожий на улице способен произнести восторженные и ласковые слова при виде вашей собаки. Вы откроете для себя, что можно долго смотреть собаке в глаза и она не только не отведет взгляд, а с пристальным вниманием будет вглядываться в ваше лицо, стараясь понять [illegible] ей говорите. Ведь [illegible] способна понимать [illegible]

задумчивости, а едете и покупаете ее.

В такой ситуации родители не всегда задумываются над тем, сможет ли ребенок в силу своего возраста и физических возможностей целиком и полностью взять на себя ответственность за воспитание и выращивание собаки, а думают лишь о том, как это полезно для формирования у ребенка чувства долга и прочих положительных качеств. И когда ребенок не справляется, взрослые начинают винить его в невнимании к "их подарку" и безответственности. В результате домашних "разборок" ребенок может возненавидеть бедное животное. Покупая собаку для ребенка, знайте - вы заводите ее именно для себя и именно вам предстоит выращивать и воспитывать и ее, и свое чадо. Впрочем, это никогда не будет бесполезным и обязательно окупится сторицей.

Собака как выход из душевного кризиса. У вас тяжелый жизненный период: все друзья куда-то подевались, окружающие раздражают, работа не ладится, вы без которого собака не сможет успешно выполнять возложенную на нее функцию охранника, не причиняя при этом лишних хлопот.

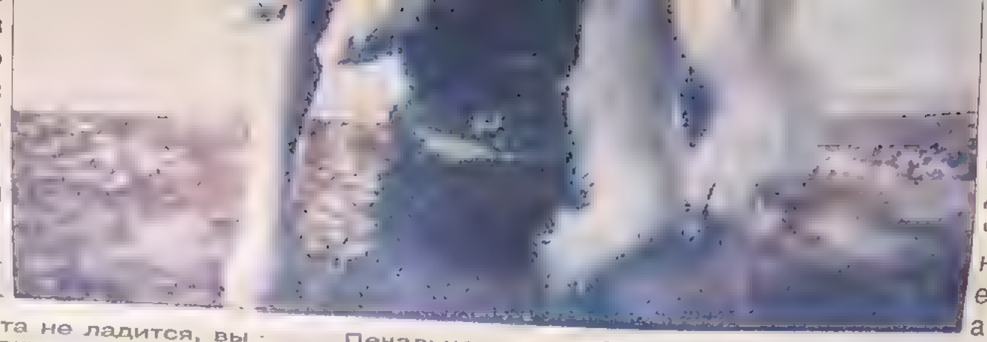
Собака для самоутверждения. Что еще хочет человек от собаки? Чтобы ее боялись. Может быть, у вас не складываются взаимоотношения с окружающими. Вас недооценивают, у вас не хватает уверенности в себе, и поэтому вы решаете завести собаку, причем самую "крутую" и злобную, и воспитать ее как самую кровожадную. И вот вы заводите живую двустволку и тешите себя тем, что притравливаете собаку на бабушкиных пудельков.

Печально для собаки оказаться у такого хозяина. Она-то

Собака для тщеславия. Ваша жизнь монотонна и однообразна, в ней не хватает ощутимых достижений, ярких эмоций, "изюминки азарта". Вам привелось увидеть, как кто-то из знакомых, увлеченных выставочным собаководством, ведет яркую, насыщенную новыми впечатлениями жизнь. Победы собаки, призы, масса друзей, поездки за границу - не жизнь, а праздник. И вы решаете приобрести классную собаку, чтобы насладиться триумфом, старательно вырастив из щенка чемпиона.

Но и тут вас ждут подводные камни. Выставочная игра - лотерея. И проигрыш в ней не реже выигрыша. Подумайте, сможете ли вы полюбить собаку не чемпиона? А если пес не оправдает возложенных на него надежд? И что тогда? Его ждет незавидная участь: смена владельца или нелюбовь хозяина - неизвестно, что хуже. Будете ли вы ценить собаку за ее душевные качества или ваше ущемленное самолюбие и желание самореализоваться во что бы то ни стало, сделав свою собаку чемпионом, заставят вас расстаться с этим псом?

Собака как средство получения прибыли. Вы неоднократно слышали от вездесущих соседок, что "Марья Ивановна" процветает, разводя собак, а тут как назло на работе предстоит сокращение штата... И вы решаете заняться



Печально для собаки оказаться у такого хозяина. Она-то не виновата в его комплексах и не она создавала его проблемы, но расплачиваться за человеческие промахи и слабости придется именно ей. Судьба таких собак незавидна. Их или задирают другие более крупные собаки или отстреливают приехавшие на подмогу старушкам взрослые сыновья. Временами на смену этим мерам приходят яд или милицейский патруль, однако итогом подобного воспитания все равно становится могила в близлежащем лесочке. Всегда проще расправиться с собакой, поставив тем самым на место ее владельца...

Собака для престижа. У большинства ваших знакомых и соседей помимо машины, квартиры, дачи есть и собаки, причем не простые дворняги, а самые что ни на есть модные. Старательно проведя расследование на предмет того, какая порода на сегодняшний день самая-самая, вы становитесь гордым обладателем живой диковины.

Это тоже печальная история, так как вполне вероятно, что вы и ваша собака совсем не подходите друг другу ни по характеру, ни по темпераменту. Хорошо еще, если эта самая редкость будет не больше кошки, но совсем иначе сложится ваша дальнейшая совместная жизнь, если в погоне за модой вас угораздило приобрести нечто массивное и самоуверенное. Вы-то от нее, возможно, и избавитесь, а вот ее дальнейшая судьба выглядит туманно.

Собака как средство получения прибыли. Вы неоднократно слышали от вездесущих соседок, что "Марья Ивановна" процветает, разводя собак, а тут как назло на работе предстоит сокращение штата... И вы решаете заняться аналогичным бизнесом.

В этом случае вы очень скоро узнаете, что для того, чтобы начать "дело" и не прогореть, необходимо значительное вложение средств в покупку хорошей собаки и ее выращивание. К тому же выясняется, что собаки - живые и имеют особенность болеть, а щенков, чтобы они выглядели прилично и соответственно дорого продавались, надо хорошо кормить. Так

Собака как метод воспитания. Вы не против того, чтобы в вашем доме поселилась собака, да еще и приближается день рождения вашего ребенка, который недавно просил купить ему собаку, желательно такую же умную и красивую, как у его лучшего друга Васьки. Вы недолго пребываете в

Собака как выход из душевного кризиса. У вас тяжелый жизненный период: все друзья куда-то подевались, окружающие раздражают, работа не ладится, вы постоянно сталкиваетесь с человеческой необязательностью и нечестностью. Вы видите для себя выход в приобретении самого надежного друга, который никогда не подведет и не предаст, а именно - собаки.

Это действительно может помочь на определенном этапе. В собаке вы найдете все то, что не можете найти в окружающих вас людях. Но подумайте о том, что все в жизни меняется, тяжелые времена проходят, темная полоса сменяется светлой. Появляются новые и возвращаются старые друзья, меняются жизненные ценности и приоритеты. Не станет ли собака со временем вам обузой? Не хватайтесь за собаку как за последнюю соломинку в надежде на то, что ее присутствие облегчит ваше состояние, а трезво оценивайте себя, свою жизнь и место собаки в ней. Только тогда вы и ваша собака будете счастливы в обществе друг друга.

Собака - металлическая дверь. Вашу квартиру обокрали, и, поставив металлическую дверь, вы решили в дополнение к ней приобрести сторожевого пса. В таком подходе нет ничего предосудительного, лишь бы вы понимали, что собака - не специальное охранное устройство с определенным набором технических характеристик, а живое существо со своим собственным характером и мироощущением. Ему требуется любовь и внимание, а также соответственное воспитание,

ботаете почти круглые сутки и можете себе позволить приобрести даже космический корабль, а вашему немного заброшенному, но любимому чаду захотелось именно собаку. Компенсируя нехватку внимания, вы, не вдаваясь в подробности, покупаете ребенку все, что он хочет, в том числе и собаку. Фактически бедное животное - лишь очередная игрушка. При этом, удовлетворяя очередной каприз ребенка, вы не задумываетесь о том, нужна ли кому-нибудь вообще в вашем доме собака и что вы будете с ней делать, когда ребенок наиграется.

В такой ситуации хорошо, если ребенок имеет представление об ответственности перед живым существом и его желание не простой каприз. Но, к сожалению, обычно это не так. Тогда в лучшем случае к собаке приставят разнообразных "нянек"-дрессировщиков, а в худшем - спихнут "в хорошие руки", изуродовав психику щенка отсутствием какого бы то ни было воспитания. Дальнейшая судьба собаки непредсказуема, но чаще - печальна.

Сколько их, бедных, бросают на произвол судьбы и сколько погибает под колесами автомобилей и просто от голода, поскольку эти собаки умеют добывать себе пищу только из миски. А на смену им приходят новые живые игрушки, две трети которых ждет аналогичная судьба.

деревьям скачут белки, что у рюмый с виду прохожий на улице способен произнести восторженные и ласковые слова при виде вашей собаки. Вы откроете для себя, что можно долго смотреть собаке в глаза, и она не только не отведет взгляд, а с пристальным вниманием будет вглядываться в ваше лицо, стараясь понять, что вы ей говорите. Ведь собака способна понимать человеческую речь, хотя и не знает нашего языка. Вы поймете, что ваша собака может успешно управлять вами способом, доселе вам неизвестным: с помощью своей безграничной любви к вам и глубокого знания ваших слабостей.

Екатерина СЕНАШЕНКО, эксперт Российской кинологической федерации.

ЧАЙНАЯ ПРОЦЕДУРА

Что делать, чтобы у собаки не слезились глаза?

Игорь ИРУНИН. г. Сергиев Посад Московской области.

Прежде всего припомните: не слишком ли часто вы балуете своего любимца чем-нибудь сладким? Повышенное слезоотделение - одна из самых распространенных реакций собаки на сахар. Иногда достаточно бывает сбалансировать диету - и глаза приходят в норму. Но если сахар животное не получает, а глаза все равно слезятся, возможно, у него какое-нибудь заболевание глаз: кератит, конъюнктивит. Могут "собачьи слезы" свидетельствовать и о нарушении обмена веществ. Поэтому, если с питанием все в порядке, обратитесь к ветеринару. А в качестве первой помощи два раза в день промывайте собаке глаза спитой чайной заваркой.

БОЛЬНАЯ КРЫСКА

Наша крыса заболела: она плохо ест, ее часто тошнит. Как нам ее вылечить?

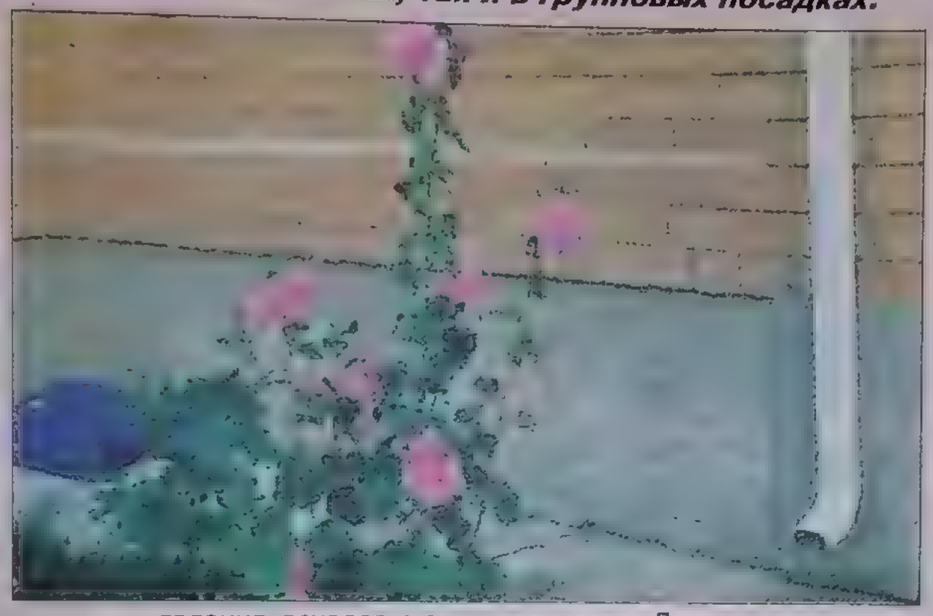
Алексей НОВИКОВ. Кострома.

Ставить диагноз заочно очень трудно. Частая тошнота может указывать и на гельминтов, и на микоплазмоз. Поэтому стоит обратиться в ветеринарную клинику - сами вы своему питомцу вряд ли сможете помочь.

Светлана ДЕНИСОВА, ветеринар.

ХОРОША НА КЛУМБЕ МАЛЬВА

Мальва, или шток-роза, украшает сад своими яркими цветами большую часть лета. Она прекрасно смотрится как в одиночных, так и в групповых посадках.



На своем участке вы можете высеять семена мальвы в начале мая непосредственно в открытый грунт на глубину 3-4 см с расстоянием между ними 25 см. Для посева лучше всего использовать двухлетние семена. Они имеют более высокую всхожесть.

При недостатке влаги семена хуже прорастают, из-за чего от момента посева до появления всходов может пройти 30 дней и даже больше.

В первый год из семян образуется лишь мощная розетка листьев. В августе пересадите готовую рассаду на постоянное место. Летом второго года появится рослый цветонос, заканчивающийся колосовидным соцветием из крупных простых, полумахровых или махровых цветков розового, пурпурного, черно-бурого, красно-вишневого, желтого, белого или палевого цветов.

Через 3-4 недели после отцветания на мальве созревают семена. Для более дружного созревания образовавшихся семян вы можете прищипнуть основные цветоносные стебли на высоте 70-75 см.

Наиболее пышно мальва цветет на открытых солнечных местах с глубоко обработанной плодородной почвой при умеренном увлажнении. При выборе места для высева семян вы должны помнить, что на слишком бедных, сухих, а также тяжелых или сырых почвах мальва может погибнуть.

На зиму слегка укройте мальву листьями и еловым лапником.

Анна ЯНИНА, фитодизайнер.

ТОВАРЫ ПОЧТОЙ

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1170 р.**
Эл. сепаратор (220 В, 55 л/час, гарантия 12 мес.) **1451 р.**
Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1679 р.**
Эл. мясорубка (вес 4 кг, гарантия 1 год, в комплекте - соковыжималка) **1451 р.**
Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **945 р.**
Озонатор (220/12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1480 р.**
Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1523 р.**
Цена включает все затраты и действительна **до 30.06.2003 г.**

ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, телефон 8-383-2-74-04-42.

ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3

220 В, 1,5 кВт - от 10800 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - 5200 р.

М. Ленинский просп., 5 Донской пр-д, 21б, проходная ЭНИМС

Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

Плоскорезы Фокина от Фокина! Вместо лопаты - сотка в час, прополка стоя - 5 минут - грядка! **Комплект с 2 черенками и брошюрой = 270 руб.**

С доставкой. Предоплата. 601384, Владимирская обл., Судогодский р-н, пос. Муромцево, ул. Шкурина, 8. Фокина Е.Н. Тел. (09235) 4-13-63.

В ФИРМЕННЫХ ВАКУУМНЫХ ПАКЕТАХ, СЕРТИФИЦИРОВАНЫ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЕМЕННОЙ И КАРАНТИННОЙ ИНСПЕКЦИЯМИ

СЕМЕНА "Марс" ПОЧТОЙ

ПРИ ЗАКАЗЕ С 1 МАЯ ПО 30 СЕНТЯБРЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА К УКАЗАННЫМ ЦЕНАМ 10%

АРБУЗ: Астраханский - **1-35**.
БОБЫ: Черные русские - **3-00**.
БРЮКВА: Куузику - **0-90**.
ДЫНЯ: Колхозница - **1-20**.
ГОРОХ: Алтайский изумруд, Альфа, Воронежский зеленый, Хавский жемчуг - **1-28**, Амброзия (сахарный) - **2-48**.
- **0-90**, Висконсин, Парад, Феникс - **0-98**, Алтай, Заречный, Конкурент, Надежный - **1-05**, Аист - **1-13**, Береговой, Предгорный виноград, Светлячок - **1-20**, Добрыня - **1-35**, Афродита F1, Пальчик, Петрович F1, Серпантин - **1-65**, Парижский корнишон - **1-95**, Засолочный
Дайкон Саша - **1-50**, Дайкон Дубинушка - **1-80**.
РЕПА: Петровская - **1-05**, Листовая - **1-20**.
САЛАТ: Московский парниковый, Новогодний, Фестивальный - **0-90**, Азарт, Крупнокочанный, Кучерявец Грибовский, Одесский кучерявец, Подмосковье - **0-98**,
ЦВЕТЫ: Амарант (4 вида). Иберис - **0-90**, Диморфотека - **0-98**, Вьюнок трехцветный, Гипсофила (2 вида), Лен красный - **1-13**, Астры (10 видов) - **1-20**, Бальзамин, Кларкия, Целозия, Подсолнечник (2 вида), Цинния (2 вида), Нигелла, Хризантема

Дорогие читатели!

В № 18 мы опубликовали расценки на ассортимент семян ООО «Марс». За этот месяц в адрес редакции пришло множество писем с положительными отзывами о продукции и просьбами продолжить публикации о «Марсе». В своих письмах вы рассказываете об успехах, которых вам помогли достичь «марсовы» семена.

«Всегда хотела посадить на даче Драже моркови. Два

ложительными отзывами о продукции и просьбами продолжить публикации о «Марсе». В своих письмах вы рассказываете об успехах, которых вам помогли достичь «марсовы» семена.

«Всегда хотела посадить на даче Драже моркови. Два года назад купила упаковку таких семян на рынке. Посадила и напрасно прождала результат: морковь не взошла. Сначала я решила больше не экспериментировать. Но знакомая сказала, что Драже нужно приобретать только у надежных продавцов, и посоветовала попробовать семена от «Марса». И я рискнула еще раз. Правда, для подстраховки посеяла и обычные семена: чтобы снова без моркови не остаться. Какова же была моя радость, когда взошли все семена. Осенью даже соседям морковь раздавала. Спасибо «Марсу»! Ирина Миронова, Тверь».

Подобных писем тысячи. Кого-то привлекает приемлемая цена, кого-то - гибкая система скидок, кого-то - возможность заказать семена по почте. И все же главным критерием для российских садоводов остается гарантия качества продукции.

Напоминаем вам, что **каждого, кто закажет семена в ООО «Марс» летом, ждет подарок - скидка 10%.** Качество семян гарантировано, и следующей весной вы не будете разочарованы.

Мы продолжаем публикацию ассортимента и расценок на семена, которые предлагает ООО «Марс» оптом и в розницу, и желаем [illegible] урожаев всем садоводам и огородникам.

ПРИ ЗАКАЗЕ С 1 МАЯ ПО 30 СЕНТЯБРЯ - ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА К УКАЗАННЫМ ЦЕНАМ 10%

АРБУЗ: Астраханский - **1-35**.
БОБЫ: Черные русские - **3-00**.
БРЮКВА: Куузику - **0-90**.
ДЫНЯ: Колхозница - **1-20**.
ГОРОХ: Алтайский изумруд, Альфа, Воронежский зеленый, Хавский жемчуг - **1-28**, Амброзия (сахарный) - **2-48**.
КАБАЧКИ: Грибовский - **1-20**, Белоплодный, Горный - **1-28**, Якорь, Ролик - **1-35**, Овощное спагетти - **2-40**.
КАПУСТА: Брюссельская, Грибовская, Савойская, Амагер, Зимовка, Подарок, Слава, Ярославна - **0-90**, Вьюга, Июньская, Лосиноостровская, Московская поздняя, Надежда, Полярная, Сибирячка, Тайнинская - **0-98**, Дауэрвайс, Кольраби, Краснокочанная, Судья, Юбилейная - **1-05**, Цветная Эрфуртская, Цветная МОВИР-74 - **1-50**, Цветная Сноуболл - **2-70**, Трансфер F1 - **2-85**, Экстра F1 - **3-30**, Колобок F1 - **3-90**.
КУКУРУЗА: НАРТ 150, РОСС 209 - **1-20**.
ЛУК: Каратальский однолетний - **1-35**, Батун - **1-43**, Хавский однолетний - **1-50**, Золотничок, Мячковский, Штутгартер Ризен - **1-65**, Душистый - **1-95**, Даниловский красный - **2-10**.
МОРКОВЬ: Рогнеда - **1-20**, Лосиноостровская - **1-28**, Болтекс, Витаминная, Московская зимняя, Нантская без сердцевины, Сент-Валери, Тушон, Шантанэ - **1-35**, Королева осени, Леандр, Нантская, НИИОХ - **1-43**, Флакки - **1-50**, Круглая Парижская - **1-65**.
ДРАЖЕ МОРКОВЬ (400 драже) - Витаминная, Московская зимняя, НИИОХ, Без сердцевины, Лосиноостровская, Нантская, Королева осени - **4-80**.
ДРАЖЕ ЗЕМЛЯНИКА - Руяна - **3-00**.
ОГУРЦЫ: Изящный, Эталон - **0-90**, Висконсин, Парад, Феникс - **0-98**, Алтай, Заречный, Конкурент, Надежный - **1-05**, Аист - **1-13**, Береговой, Предгорный виноград, Светлячок - **1-20**, Добрыня - **1-35**, Афродита F1, Пальчик, Петрович F1, Серпантин - **1-65**, Парижский корнишон - **1-95**, Засолочный - **2-10**, Великолепный, Степной - **2-18**, Обильный, Родничок F1 - **2-85**, Бригантина F1, Дружина F1, Шремски F1 - **3-00**, Либелле F1, Малыш - **3-45**, Журавленок F1 - **3-90**, Отелло F1, Сантана F1 - **6-75**, Паркер F1 - **12-30**.
ОГУРЦЫ САМООПЫЛЯЕМЫЕ: Ксюша F1 - **2-85**, Фасон F1 - **3-00**, Апрельский F1 - **5-40**, Зозуля F1 - **6-98**, Ивушка - **7-50**, Буян F1, Верные друзья F1, Мазай F1, Подмосковные вечера F1 - **9-30**, Клавдия F1 - **13-95**.
ПАТИССОНЫ: Белые - **1-43**.
ПАСТЕРНАК: Лучший из всех - **1-35**.
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ: Волжанин, Медаль, Тополин, Яблочко - **1-13**, Виктория - **1-80**, Калифорнийское чудо - **2-40**.
ПЕТРУШКА: Корневая, Листовая - **1-05**.
ПРЯНЫЕ ТРАВЫ: Тимьян - **0-90**, Сельдерей, Фенхель - **1-05**, Базилик фиолетовый, Горчица листовая, Мелисса - **1-20**, Расторопша - **1-35**, Горчица белая - **1-80**, Эстрагон - **6-30**.
РЕДИС: Розово-красный с белым кончиком - **1-20**, Саратовский - **1-28**, Корунд, Красный великан, Ледяная сосулька - **1-43**, Вариант, Вюрцбургский, Заря, Моховский, Ранний красный, Родос, Софит - **1-50**, Рубин - **1-73**, Вера, Жара, Чемпион - **2-03**, 18 дней - **2-18**.
РЕДЬКА: Зимняя черная - **0-90**, Зеленая Маргеланская, Ладушка - **1-13**, Дайкон Саша - **1-50**, Дайкон Дубинушка - **1-80**.
РЕПА: Петровская - **1-05**, Листовая - **1-20**.
САЛАТ: Московский парниковый, Новогодний, Фестивальный - **0-90**, Азарт, Крупнокочанный, Кучерявец Грибовский, Одесский кучерявец, Подмосковье - **0-98**, Лолло Росса - **1-50**, Берлинский - **1-65**.
СВЕКЛА: Двухсеменная, Свекла одноростковая - **1-65**, Бордо, Красный шар - **1-73**, Детройт, Кормовая, Листовая (мангольд) - **2-03**, Цилиндра - **2-78**.
ТАБАК КУРИТЕЛЬНЫЙ: Вирджиния - **1-80**, Трапезонд 362 - **3-45**, Кубанец - **4-90**.
ТОМАТЫ: Барнаульский консервный, Волгоградец, Дубрава, Московский осенний, Патрис, Перемога - **1-05**, Алёна F1, Грушевидный, Дар Заволжья - **1-13**, Венета, Демидов, Пэкмор - **1-20**, Геркулес, Новинка Приднестровья - **1-35**, Де-Барао (золотой, розовый), Золотое руно, Москвич, Челнок - **1-43**, Фонарик - **1-50**, Новичок - **1-65**, Дубок - **1-80**, Хурма - **1-95**, Лонг Кипер, Ямал - **2-25**.
ТУРНЕПС: Золотой шар - **1-05**.
ТЫКВА: Уфимская - **1-20**, Грибовская зимняя, Грибовская кустовая - **1-28**, Крупноплодная - **1-35**, Крошка - **1-50**, Стофунтовая - **2-18**.
УКРОП: Аврора, Кибрай, Лесногородский, Грибовский, Обильнолиственный, Супердукат - **1-13**.
ФАСОЛЬ: Сакса - **1-80**, Журавушка(спаржевая) - **2-40**, Вьющаяся Блэк Джек, Вьющаяся Херольд - **2-78**.
ШПИНАТ: Зимний гигант, Матадор - **1-05**.
ЩАВЕЛЬ: Бельвильский, Широколистный - **1-50**.

ЦВЕТЫ: Амарант (4 вида). Иберис - **0-90**, Диморфотека - **0-98**, Вьюнок трехцветный, Гипсофила (2 вида), Лен красный - **1-13**, Астры (10 видов) - **1-20**, Бальзамин, Кларкия, Целозия, Подсолнечник (2 вида), Цинния (2 вида), Нигелла, Хризантема, Люпин, Рудбекия - **1-35**, Петуния однолетняя (3 вида) - **1-50**, Лакфиоль - **1-65**, **1-80**, *Василек, Гвоздика перистая - **2-00**.*

СТИМУЛЯТОР РОСТА:
Иммуноцитофит - 9-75
(1 упаковка - 10 таблеток на 20 литров раствора)

МИНИМАЛЬНЫЙ ЗАКАЗ - 80 руб. + почтовые расходы (наложенный платеж)

Чем больше заказ, тем меньше почтовые расходы! (в процентном отношении)

Оплата заказа при получении на почте!
При заказе менее 2000 руб. ПРЕДОПЛАТЫ НЕ ДЕЛАТЬ!

Заказы присылать по адресу:
119017, Москва,
Бол. Толмачевский пер., д.3
Фирма "МарС"

по факсам: **(095) 953-30-75, 951-73-56**
по электронной почте:
mars@mar-s.ru

СИСТЕМА СКИДОК ПРИ СУММАХ БОЛЕЕ:
1000 руб. - 5%
2000 руб. - 9%
3000 руб. - 13%

Заказы свыше 2000 руб. выполняются после предоплаты почтовым переводом в размере 50% от стоимости заказа по указанному адресу, получатель: **Маршак И.И.** Эти заказы и копию квитанции об оплате высылайте только **заказным письмом или по факсу.**

ПРИ ОПТОВОЙ ПРОДАЖЕ НА МЕСТЕ ПРЕДУСМОТРЕНЫ СКИДКИ ОТ 30% ДО 50% ОТ УКАЗАННЫХ ВЫШЕ ЦЕН!

ГЛАЗ НА ПОПЛАВКЕ - РЫБА В САДКЕ

Никто из рыбаков не станет спорить, что садок можно наполнить рыбой только при условии, если удильщик будет внимательно, сосредоточенно следить за поведением поплавка. Он порой является главной заботой рыболова, оснащающего удочку.

Чтобы рыба меньше пугалась, авторитетный удильщик прошлого И. Плотников в журнале "Природа и охота" советовал применять "куговые поплавки, взятые из природы реки". Они, писал он, меньше всего "отпугивают рыбу, а по своей легкости и умеренному сопротивлению при погружении в воду... представляют собою лучший тип поплавков для приводной охоты". Кстати, поплавок, чтобы не отпугивать рыбу, желательно делать из того растительного материала, которого много по берегам и в самой реке. Скажем, из камыша. Камышовый поплавок, правда, недолговечен, однако хорош тем, что в него можно спрятать крючок, не боясь затупить жало. Отличный поплавок получается из прочной, тяжелой, плохо впитывающей влагу древесины яблони. Такой деревянный поплавок можно забрасывать и без грузила даже против ветра. Поплавки изготовляют также из сердцевины стебля репейника. Осенью срезают стебель, вырезают сердцевину и высушивают в теплом месте.

Маховое гусиное или утиное перо (можно использовать и перья других птиц) испокон веку является отличным материалом для поплавков. Утверждают, что для уменьшения хрупкости перьев их нужно предварительно прокипятить минут десять в воде или масле. Перья часто освобождают от сердцевины и обрезают, конструируя из частей поплавки различных типов. Отверстия перьевых поплавков залепляют варом или сургучом. Можно просто затыкать их палочками. Внизу поплавок оснащается колечком из проволоки, которое закрепляется ниткой. Можно леску внизу закреплять и таким способом. Стерженек пера загибается роговой частью наружу, мягкой внутрь. На загнутый конец надвигается колечко из другого пера (перо перед разрезанием размягчают в течение нескольких минут в кипятке), через которое пропущена петелька лески. Колечко можно дополнительно обмотать ниткой.

Желательно, чтоб поплавок был ярким, заметным издалека. Чем и как красят поплавки? Их окунают в краску сначала нижней частью, а после просушки - верхней. Если красят кисточкой, то часть, которую предстоит покрасить в другой цвет, заматывают лентой. Перед покраской, чтобы поплавок был ненамокаемым, надо произвести грунтовку. Вот один из рецептов грунтовки. В 1-1,5 литра кипящей воды растворяют 25-30 г желатина и по мере остывания раствора добавляют 4-5 г двухромокислого калия. Поплавок в раствор до полного его остывания окунают дважды. Нельзя пользоваться красителем на ацетоне, который разъедает пенопласт.

Рыбаки используют поплавки самых различных типов. Что такое, например, скользящий поплавок? Когда нужно забросить насадку подальше и поточнее, скажем, в окна среди растительности, применяется скользящий поплавок. Леска может проходить как через полость поплавка, так и сбоку через колечки, укрепленные на его корпусе. Леска останавливается, когда доходит до упора, который можно передвигать по леске. В поплавок можно вмонтировать кусочек свинца, который позволяет делать дальний заброс. Довольно просто сделать скользящий поплавок из стержня от шариковой ручки. Кончик стержня, где находится шарик, отрезается и на стержень насаживается нужного размера пробка или пенопласт. После заброса грузило и крючок с насадкой пойдут ко дну, а узелок или кусочек резины, укрепленный на леске, дойдя до узкой горловины стержня, остановит поплавок.

Самые легкие поплавки - те, которые наполнены воздухом. Некоторые даже умудряются приспосабливать под поплавки пальцы операционной перчатки. Лучше всего изготовить воздушный поплавок из оргстекла. Оргстекло разогревают в горячей воде и выдавливают в нем два полушария, которые скрепляют вместе. При необходимости такой поплавок наполняют водой через отверстия, которые закрываются пробками. Стычные поплавки состоят из двух перьев, из которых одно всунуто в другое так, чтобы на каждом конце поплавка находилось по комлю. Стык обматывается вощеным шелком и покрывается лаком. Сменный поплавок можно сделать так. Одну половинку поплавка красят в темный цвет, другую - в светлый. В зависимости от освещенности верх и низ поплавка меняют местами. Сущность поплавка-мотовильца состоит в том, что в его тело вделаны стерженьки, на которые намотана леска. Под тяжестью грузила после заброса леска разматывается. При помощи такого поплавка можно сделать дальний и точный заброс.

С помощью оригинального поплавка можно самым обыкновенным спиннингом далеко забросить невесомую искусственную мушку. При этом во время полета приманки поводок с мушкой, если он даже, скажем, трехметровой длины, не захлестнется за основную леску. В чем же секрет? Маленький кусочек магнита укрепляют на корпусе пластмассового буйка. Перед забросом крючок мушки "приклеивают" к магниту. Когда же приманка касается воды, резко дергают - и мушка освобождается.

Хорошо зарекомендовал себя комбинированный двойной поплавок. Основной нижний поплавок должен частично компенсировать вес приманки, а дополнительный небольшой верхний поплавок-индикатор служит сигнализатором поклевки. Поплавок-"перевертку" легко сделать из пробки, которую обрабатывают в виде груши. В верхней части крепят колечко из медной проволоки, в основание по центру вставляют свинец. Основание окрашивают в красный цвет, остальная часть остается белой. Поплавок соединяют с леской петлей через колечко. При клеве он перевертывается красной стороной вверх.

Владимир СУПРУНЕНКО.

НОВЫЙ ПОЛ НЕ "ГУЛЯЕТ"

ного размера. Лучше, если эти планки будут подогнаны вна-

Наиболее кардинальной меры следует принимать в

...является отличным мате-
...для поплавков. Утвер-

...полнительно обмотать ниткой.
Желательно, чтоб поплавок был ярким, заметным издалека.

плавок? Когда нужно забросить насадку подальше и поточнее, скажем, в окна среди растительности, применяется скользящий

дилось по комлю. Стык обматывается вощеным шелком и покрывается лаком. Сменный поплавок можно сделать так. Одну

вертывается красной стороной вверх.

Владимир СУПРУНЕНКО.

ХОРОШИЙ ПОЛ НЕ "ГУЛЯЕТ"

Как можно устранить щели в полах собственными руками, не вызывая специалистов?

Ольга СОКОЛОВА.
г. Завитинск Амурской области.

Поскольку в письме не указан тип пола, его состояние и устройство, ограничимся некоторыми рекомендациями, общими для различных полов. При этом будем учитывать, что пол, в понимании автора письма, это так называемый чистый пол (покрытие) - верхний слой, непосредственно подвергающийся износу в процессе эксплуатации. Само покрытие может быть из листовых, штучных материалов или сплошным.

Естественно, что чистые полы должны быть прочными, абсолютно горизонтальными, воздухонепроницаемыми, то есть не иметь щелей. Так вот щели в деревянных (паркетных) полах возникают в случае, если они неправильно эксплуатируются или изготовлены из недостаточно просушенных материалов.

Так, если пол из деревянных досок моют "палубным" способом - заливая водой, то половицы сперва разбухают, затем, высыхая, сжимаются. В результате - щели. Или вовсе пол стелили из непросушенных досок - они и высохли... То же можно сказать и о паркете, мыть который нельзя,

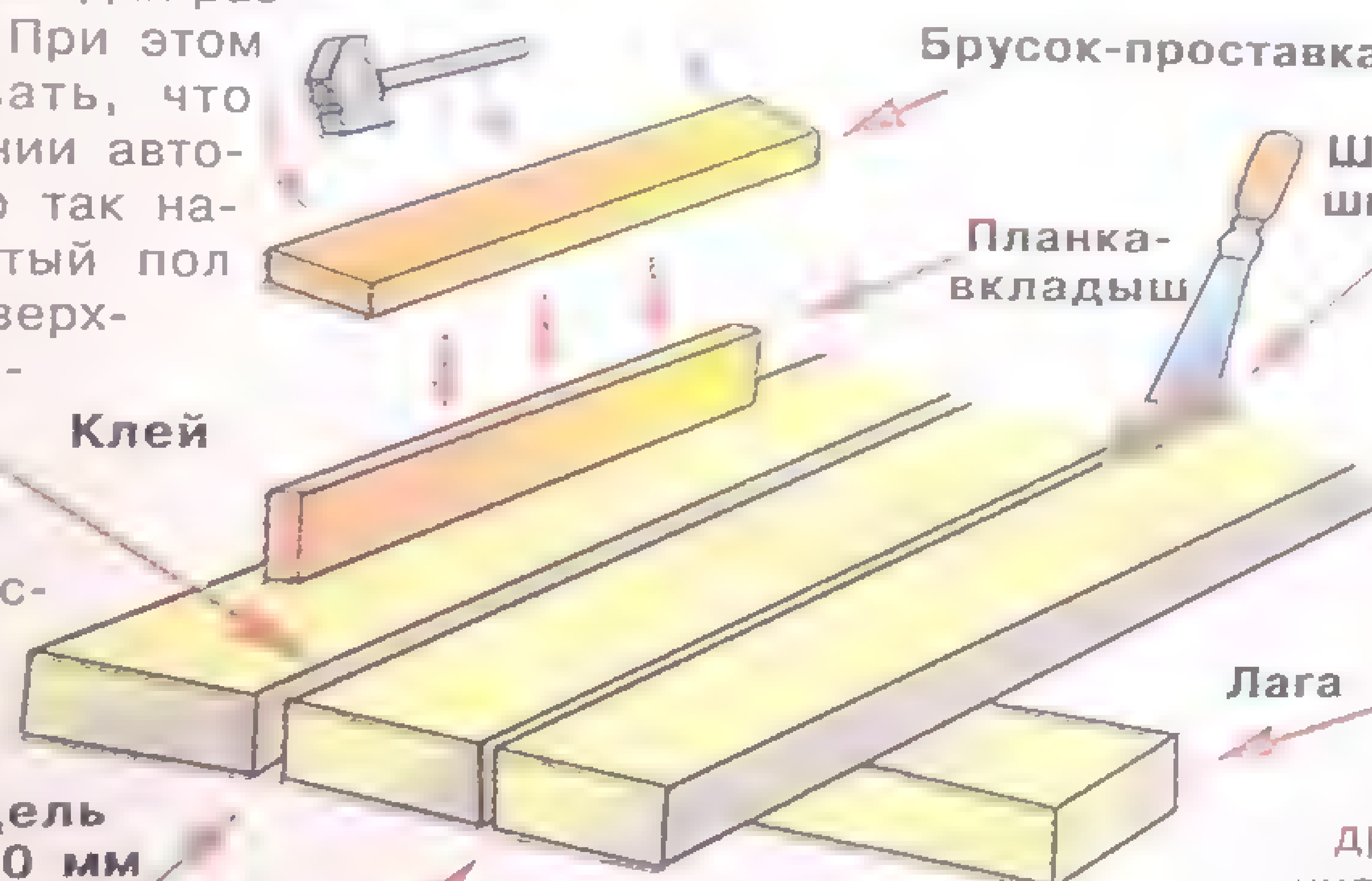


Рисунок 1. Заделка широких и узких щелей в деревянном полу

особенно после того, как истерся слой лака или воска.

Теперь о способах заделки щелей. Если пол из досок или паркета имеет немного узких щелей, то их можно заделать шпатлевкой для пола фабричного или собственного изготовления. Для чего полы предварительно просушиваются, шпатлевка наносится в щели шпателем на полную глубину **(рисунок 1)**. Шпатлевка изготавливается из очень мелких опилок (пыли) на акриловой или другой водоустойчивой основе (олифе, лаке). После просыхания излишки шпатлевки убираются, поверхность зашкуривается или застругивается. При этом надо хорошенько зачистить поверхности щелей, а доски пола прочно закрепить на лагах.

Другой способ приемлем, когда есть возможность забить щели деревянными планками-дранью, обструганными и индивидуально подогнанными к каждой щели. Этот процесс довольно длительный и требует аккуратности, особенно при заделке щелей в паркете. Для букового паркета, например, подойдут деревянные школьные линейки различной толщины. Они изготовлены также из бука, остается только разрезать их на планки нужного размера. *Лучше, если эти планки будут подогнаны внатяг молотком и "посажены" на клей или лак.* После заделки щелей пол из досок застругивается,

Рисунок 2. Стяжка половиц с помощью скобы и клина

а паркет - циклюется. При подготовке к заделке щелей нужно помнить: планки должны быть тех же пород дерева, что и сам пол (паркет), то есть той же плотности.

Наиболее кардинальные меры следует принимать в том случае, если щели большие и неровные, половицы скрипят, пол "гуляет" при наступании. Нужен капитальный ремонт. Пол иногда частично вскрывается. Лаги осматривают, подгнившие заменяют на новые. Истончившиеся доски также заменяют на новые, той же длины и толщины. Затем половые доски сплачивают при помощи струбцины или металлических скоб **(рисунок 2)**, закрепляют обычными или потайными гвоздями. Для выборки щелей в полу комнаты обычно достаточно 1-2 досок от 15 см шириной. Отремонтированный пол нужно прострогать, покрасить, предварительно прогрунтовав олифой.

Сергей ДМИТРИЕВ.

ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ! (К)

Преобразователь электрической энергии «*КАРАСЬ*»

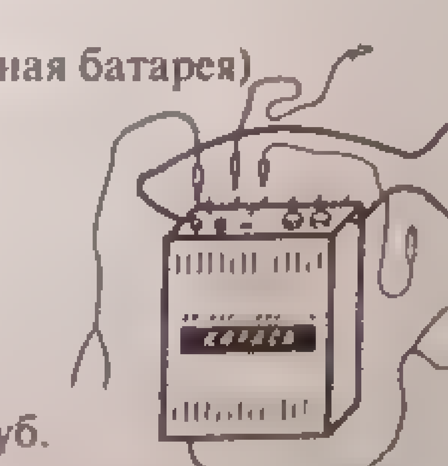
Предназначен для отлова рыб-производителей, больной, сорной рыбы без причинения вреда рыбе и окружающей среде. Принцип работы основан на анодной реакции рыб.

Технические характеристики

Напряжение питания	12В (аккумуляторная батарея)
Максимальная мощность	400 Вт
Радиус действия	до 4 метров
Габаритные размеры	190х116х68 мм
Масса	0,8 кг

Регулируемая частота и скважность.
Изделие сертифицировано.

Гарантия 1 год.
Отпускная цена 1280 руб.



Возможна отправка по почте наложенным платежом.
Стоимость 1520 руб. (цена прибора + почтовые сборы + оплата перевода).

Заявки по адресу:
630129, г. Новосибирск 129, а/я 80
ООО «ОЛСА-СЕРВИС» Тел. 8 (383-2) 74-...

БАРХАТНЫЕ РУЧКИ

Работа в саду и на дачном участке многим доставляет массу удовольствия. Одно плохо - руки очень быстро теряют былую привлекательность, становятся грубыми и шершавыми. И сегодня в Клубе взаимопомощи наши читатели поделились своим опытом с Оксаной АКСЕНОВОЙ из г. Одинцово Московской области, как народными средствами сделать кожу рук мягкой и эластичной, невзирая на ежедневную работу в огороде.

Вот что советует **Галина КИРОКАСЯН** из Анапы.

Все работы в огороде лучше, конечно, выполнять в перчатках. Правда, перед тем как надеть перчатки, особенно резиновые, руки тщательно вымойте, вытрите и посыпьте тальком или крахмалом. Немного крахмала можно насыпать в сами перчатки. После работы перчатки снимите, выстирайте, высушите и протрите крахмалом, а вымытые руки смажьте кремом.

Тем, кто работает без перчаток, необходимо сразу же после работы очистить кожу рук, чтобы не было грибковых или гнойничковых заболеваний. Сделать это можно, протерев руки листьями щавеля, а затем вымыв с мылом или приготовив теплый раствор лимонного сока или уксуса. Хороши также солевые растворы (100 г соли на 1 л воды). После этого смажьте руки кремом.

*А вот **Лидия ФЕДОТОВА** из Калуги предлагает сделать маски для рук. Желток смешайте со столовой ложкой меда и чайной ложкой толокна. Смажьте руки этой массой и наденьте тряпочные перчатки. Через 15-20 минут маску смойте теплой водой и смажьте руки жирным кремом.*

Или еще один вариант. Размешайте желток, чайную ложку меда и столовую ложку растительного масла до однородной массы и втирайте в кожу рук. Через 15-20 минут смойте теплую массу опустите руки и держите до тех пор, пока она не остынет. После этого руки вымойте и смажьте кремом.

Лучшим средством для восстановления мягкости и эластичности кожи, по мнению **Наталии ДРОЗДОВОЙ** из Вышнего Волочка Ленинградской области, являются ванночки из настоя трав.

На 2 л теплой воды возьмите 2 столовые ложки растительного масла или столовую ложку глицерина и чайную ложку нашатырного спирта. В зависимости от состояния вашей кожи продолжительность процедуры от 10 минут до получаса.

Хороший эффект дают ванночки из настоя трав. Ромашку, шалфей, мяту, укроп, цветки липы смешайте в равных пропорциях. Залейте 2 столовые ложки смеси 1 л кипятка и настаивайте 15-20 минут. На 10 минут опустите в настой руки.

При огрубевшей, шершавой коже хорошо 2 раза в неделю перед сном делать ванночки из сока квашеной капусты или молочной сыворотки. После процедуры смажьте руки жирным кремом и наденьте перчатки из хлопчатобумажной ткани.

Если на руках появились трещины и мозоли, на ночь делайте ванночки из раствора крахмала (столовая ложка на 1 л воды). Через 15 минут сполосните руки теплой водой, обильно смажьте кремом, содержащим витамин А, оберните марлей, затем полиэтиленом и натовьте его сами, воспользовавшись опытом **Анны КОНДРАТЕНКО** из Уфы.

Столовую ложку смеси из одуванчика, календулы, подорожника, крапивы залейте стаканом кипятка и настаивайте в течение часа. Растопите 2 ложки меда и, не снимая с огня, постепенно влейте 2 столовые ложки настоя, 2 чайные ложки касторового масла и 50 г свиного или куриного жира. Когда масса станет однородной, снимите крем с огня, хорошо размешайте, охладите и пользуйтесь, как обычно.

Можно приготовить медово-травяной крем. Залейте стаканом кипятка столовую ложку смеси из календулы, ромашки, подорожника и череды. Настаивайте в термосе 5-7 часов, затем процедите. Чайную ложку меда разотрите с 50 г сливочного масла и добавьте чайную ложку травяного настоя. Перемешайте. Готовый крем лучше хранить в холодильнике.

При трещинах очень хорошо помогает крем, приготовленный по следующему рецепту. Тщательно смешайте чайную ложку порошка корней лапчатки и стакан сливочного масла. Варите на водяной бане 10 минут, постоянно помешивая, остудите и обильно смазывайте чистые сухие руки, особенно после работы в саду.

Поделилась своими советами

ДРУГ ДОМА

ночки. Сначала опустите руки на 2-3 минуты в ванночку с холодной водой, затем на то же время - в горячую с горчицей (чайная ложка горчицы на 1 л воды). Затем снова в холодную и так несколько раз. Последняя должна быть холодной. После этого руки тщательно вытрите и сделайте массаж с кремом.

Если у вас при работе руки очень потеют и быстро образуются волдыри, то делайте 15-20-минутные ванночки с настоем шалфея и коры дуба.

Две столовые ложки смеси залейте 1 л кипятка, настаивайте 20 минут и в теплый настой опустите руки. Делать это нужно 1-2 раза в неделю.

Очень часто после работы, особенно длительной или кропотливой, например прополки, появляется такое неприятное ощущение, словно руки "гудят". Избавиться от этого можно, сделав ванночку из 2 столовых ложек морской соли на 1 л воды.

Смягчает кожу теплое растительное масло, в которое добавлено несколько капель лимонного сока.

Полезна и маска из овсяной муки и меда, сделанная на ночь. Для ее приготовления смешайте столовую ложку меда, чайную ложку овсяной муки и желток. Хорошо перемешайте и нанесите на руки. Сверху наденьте хлопчатобумажные перчатки.

Но даже самая ухоженная кожа будет не в радость, если после огородных работ у вас сводит руки, опухают суставы, а пальцы сгибаются (или разгибаются) с большим трудом. Для

Сначала снимите напряжение. Для этого немного потрясите руками, а затем вращайте кисти в правую и левую стороны.

Положите руки на стол. Медленно сжимайте кисти в кулак и разжимайте их.

Локти поставьте на стол. Сожмите кулаки, затем резко разожмите, как можно дальше отодвигая большой палец от всех остальных, сомкнутых вместе.

Выпрямите ладонь и сгибайте пальцы, начиная от мизинца, по очереди. Разгибайте их, начиная с большого пальца.

Сожмите вместе пальцы одной руки. Другой рукой мягко отогните от себя сначала сжатые пальцы, а затем большой палец.

Каждый палец по отдельности слегка потрясите, расслабьте, а затем покрутите поочередно по часовой и против часовой стрелки.

А ТЕПЕРЬ НОВЫЕ ВОПРОСЫ, ПРИСЛАННЫЕ В КЛУБ ВЗАИМОПОМОЩИ НАШИМИ ЧИТАТЕЛЯМИ

Какие заготовки на зиму можно сделать из укропа?

Виктор КРЫЛОВ.
г. Сосновый Бор
Ленинградской области.

У меня в доме мягкая мебель, покрывала, шторы и вообще все матерчатые вещи очень наэлектризованы. В результате они просто [illegible] вают к себе всю пыль, [illegible] волосы. Как мне [illegible]

тряпочные перчатки. Через 15-20 минут маску смойте теплой водой и смажьте руки жирным кремом.

Или еще один вариант. Размешайте желток, чайную ложку меда и столовую ложку растительного масла до однородной массы и втирайте в кожу рук. Через 15-20 минут смойте теплой водой.

Прекрасно помогает картофельная маска. Отварите 2-3 картофелины, горячими протрите через сито и разведите молоком до консистенции густой сметаны. В полученную теп-

цедуры смажьте руки жирным кремом и наденьте перчатки из хлопчатобумажной ткани.

Если на руках появились трещины и мозоли, на ночь делайте ванночки из раствора крахмала (столовая ложка на 1 л воды). Через 15 минут сполосните руки теплой водой, обильно смажьте кремом, содержащим витамин А, оберните марлей, затем полиэтиленом и наденьте хлопчатобумажные перчатки. Снимите компресс уже утром.

Но если, находясь на даче, у вас нет возможности купить хороший крем для рук, приго-

шайте. Готовый крем лучше хранить в холодильнике.

При трещинах очень хорошо помогает крем, приготовленный по следующему рецепту. Тщательно смешайте чайную ложку порошка корней лапчатки и стакан сливочного масла. Варите на водяной бане 10 минут, постоянно помешивая, остудите и обильно смазывайте чистые сухие руки, особенно после работы в саду.

Поделилась своими советами и **Марина ГУРЕВИЧ** из Ростова-на-Дону.

Если после длительной тяжелой работы руки у вас краснеют, делайте контрастные ван-

Для ее приготовления смешайте столовую ложку меда, чайную ложку овсяной муки и желток. Хорошо перемешайте и нанесите на руки. Сверху наденьте хлопчатобумажные перчатки.

Но даже самая ухоженная кожа будет не в радость, если после огородных работ у вас сводит руки, опухают суставы, а пальцы сгибаются (или разгибаются) с большим трудом. Для таких случаев **Галина МАСТЕРЕНКО** из Пензы предлагает специальную гимнастику.

Каждое упражнение нужно выполнять не менее 8-10 раз.

Какие заготовки на зиму можно сделать из укропа?

Виктор КРЫЛОВ.
г. Сосновый Бор Ленинградской области.

У меня в доме мягкая мебель, покрывала, шторы и вообще все матерчатые вещи очень наэлектризованы. В результате они просто притягивают к себе всю пыль, пух и волосы. Как мне избавиться от этого "лишнего" электричества?

Алевтина Молоева.
пос. Олонецкий, Карелия.

МОЕМ, ЧИСТИМ, ОТТИРАЕМ

Эти секреты по ведению домашнего хозяйства вам могут пригодиться.

Когда потемнели от времени ложки, ножи и вилки, не огорчайтесь: опустите их в воду от сварившегося картофеля и оставьте на несколько минут. Протрите - блеск вернется.

Если ножи мыть горячей водой, то они быстро тупятся, а если их полчаса подержать в слабом растворе поваренной соли, то они легко и быстро натачиваются.

В кастрюлю с пригоревшими остатками пищи насыпьте пригоршню соли, а через несколько часов вымойте.

Отличная мочалка для мытья посуды, раковины, рук получается из поролонового мешочка, внутрь которого вложены кусочки мыла.

Перед тем как готовить пищу, слегка нагрейте кастрюлю или сковороду и натрите дно мылом. Тонкая пленка мыла предотвратит образование на посуде копоти, которую так трудно отскоблить.

Если на полированной поверхности стола появились круги от того, что на него поставили горячий предмет, можно уничтожить пятно смесью равных частей спирта и растительного масла

Чтобы устранить неприятный запах в чайнике, достаточно опустить в него кусочек сахара, закрыть крышкой, а затем тщательно сполоснуть.

Накипь в кастрюле и чайнике можно удалить сырыми картофельными очистками. Положив в кастрюлю, их заливают холодной водои и кипятят несколько часов.

Раковину из нержавеющей стали сначала чистят подходящим моющим средством, а затем протирают мятой газетой до появления блеска.

Эмалированную раковину чистят стиральным порошком, ополаскивают и наполняют горячей водой, добавив 3-4 ложки раствора хлорной извести, через час тщательно моют горячей водой 2-3 ложками уксуса.

Чтобы не пахло горелым, когда что-то убежало, конфорку следует посыпать солью и побрызгать уксусом. Плиту моют губкой, смочив подходящим жидким мылом. Затем промокают мыльную воду бумагой и протирают чистой влажной тряпкой.

Для удаления с плиты засохших пятен используют питьевую соду, затем протирают влажной тряпкой, чтобы они подсохли, и потом слегка смазывают растительным маслом.

Чтобы предохранить электрические конфорки от трещин, нельзя ставить на них мокрую посуду. Выключать плиту нужно за десять минут до готовности кушанья; если конфорка после этого все еще не остыла, рекомендуется поставить на нее кастрюлю или чайник с водой.

Анатолий САФОНОВ.

СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **2**. Пряность, называемая также фимиамником. **7**. Плотный валяный шерстяной материал. **8**. Время года, когда матерям необходимо терпение учителей. **9**. Самоуверенность в избытке. **10**. Совокупная цифра. **11**. Первый месяц третьего квартала. **13**. Камень, оберегающий целомудрие девушек и юношей. **14**. Обитель культуры и отдыха. **16**. Колесный променад. **18**. Клавишный духовой музыкальный инструмент. **20**. Средство заставить людей нуждаться в том, о чем они раньше и не слыхали. **21**. Герой сказки Астрид Линдгрен. **22**. Прибалтийская держава. **24**. Хранилище сокровищ тещи Кисы Воробьянинова. **27**. Тушеное мясо с овощами. **28**. Неторопливый бег. **29**. Французская фирма, выпускающая знаменитые духи и роскошные туалеты. **30**. Косметика для век. **31**. Пещера, в которой не от всякого дождя спрячешься.

По вертикали. **1**. Золовка по отношению к деверю. **2**. Амплуа актера. **3**. Он ошибается редко, только если заговорит. **4**. Торг, которым славен Лейпциг. **5**. Эстрадное ассорти. **6**. Гардеробная грызунья. **11**. Возлюбленная Круза из "Санта-Барбары". **12**. Балкон жилого дома в виде ниши. **14**. Лист лука, чеснока. **15**. Шлягер из репертуара незабвенной Клавдии Шульженко. **17**. Ленточное украшение. **18**. Оценка прыгуньи в воду. **19**. "Балтийское золото". **21**. Прибор для смешивания, взбивания. **23**. Благовонная подушечка. **24**. Рыба по-японски. **25**. И избирательная, и мусорная. **26**. Цветная линия по боковому шву на брюках. **28**. Дойная "скотинка" муравья.

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **2**. Витиеватый спуск на лыжах. **7**. Месяц, воспеваемый котами. **8**. Кто из русских императоров перенес столицу из Москвы в Санкт-Петербург? **9**. Он сердится, если не прав. **10**. Бренчалка музы. **11**. Химическое соединение, делающее спирт питьевым. **13**. Его место - между пессимистом и оптимистом. **14**. Организация, учрежденная для оказания материальной помощи кому-либо. **16**. Немецкий автомобиль. **18**. Траншея, где заседают солдаты. **20**. Заводской придумщик. **21**. Неизвестная буква латинского [illegible]. **22**. Имя "агента 007". **24**. "Заморская баклажанная" закуска. **27**. И сказочный остров, и бытовой хулиган. **28**. Сливочное или молочное мороженое в шоколаде. **29**. "Партнер" лоха, нечистый на руку. **30**. Зимний спортивный инвентарь. **31**. Ночная чернота.

По вертикали. **1**. Заведение для "проигрывателей". **2**. Официант, ходящий "по морям, по волнам". **3**. Клинок скифа. **4**. Столб на память. **5**. Один из обитателей тихого омута. **6**. Птица, которой одной головы было мало, чтобы попасть на герб России. **11**. Арестантский маршрут. **12**. Цифровая часть почтового адреса. **14**. Герой Марка Твена по имени Гекльберри. **15**. Роман И.С. Тургенева. **17**. Свидетельство работы сердца. **18**. Батыево полчище. **19**. Родимый город Эдуарда Багрицкого. **21**. Пивная пряность. **23**. Что кладут на полку в случае крайней нужды? **24**. Древняя цивилизация в Перу. **25**. Депутатский корпус на Украине. **26**. Стойка натурщицы. **28**. То, что пассажиры кебов пьют в пабах.

придумщик. **21**. Неизвестная буква латинского алфавита. **22**. Имя "агента 007". **24**. "Запассажиры кебов пьют в пабах.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Торжественное обещание. **4**. Одновременный выстрел. **8**. Сам дней не знает, а другим указывает. **9**. Загородный домик. **10**. Шести- или семиструнка. **12**. Холодная вкуснятина на палочке. **16**. Царапалка у кота на лапе. **18**. Сказочные губки. **20**. Школьная письменная работа. **21**. Старинное название негра. **22**. "Гарна дивчина" из гоголевской "Ночи перед Рождеством".

По вертикали. 1. Попугай с хохолком на голове. **2**. Любимый танец матросов. **3**. Крутится вместе с отверткой. **5**. Самая удаленная от омеги буква. **6**. Задание, на которое отвечают "Есть!" **7**. Комната для директора в школе. **11**. В ней велит лежать доктор, когда дети болеют. **13**. Кашка для английских сэров. **14**. Что обычно начинается со слов "жили-были"? **15**. Во что фея превратила тыкву? **17**. Роскошная шевелюра коня. **19**. Стрижка под колючего зверька.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)915-44-51
КРАСНОДАР И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
(8612)35-05-02

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 22

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **7. Одеяло. 8. Сказка. 9. Вид. 11. Ржа. 12. Киноактер. 15. Автор. 18. Щебет. 19. Коронка. 20. Апухтин. 21. Абрикос. 25. Шампунь. 26. Капор. 27. Сечка. 31. Сандалеты. 33. Фри. 34. Род. 35. Помада. 36. Родина.**

По вертикали. **1. Реверанс. 2. Мода. 3. Мякиш. 4. Начес. 5. Фарш. 6. Красотка. 10. Развод. 13. Кондуктор. 14. Деликатес. 16. Боливар. 17. Икебана. 22. Диктофон. 23. Шпинат. 24. Трагедия. 28. Сахар. 29. Стадо. 30. Кипр. 32. Брак.**

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **7. Убыток. 8. "Субару". 9. Раб. 11. Нос. 12. Пропеллер. 15. Лепет. 18. Жизнь. 19. "Зарница". 20. Цилиндр. 21. "Спартак". 25. Прозаик. 26. Париж. 27. Штиль. 31. Собакевич. 33. Мат. 34. Дон. 35. Анкета. 36. Маевка.**

По вертикали. **1. Черчилль. 2. Губа. 3. Шторм. 4. Обрез. 5. Фунт. 6. Васильев. 10. Ремонт. 13. Революция. 14. Кинотеатр. 16. Бандура. 17. Сцепщик. 22. Дипломат. 23. Взятка. 24. Альбинос. 28. Конев. 29. Ликер. 30. Этап. 32. Удар.**

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. **1. Комикс. 4. Корона. 7. Луна. 8. Царь. 9. Уксус. 12. Атака. 13. Паром. 14. Банан. 15. Метро. 20. Выпас. 22. Окот. 23. Кадр. 24. Ошибка. 25. Август.**

По вертикали. **1. Калоша. 2. Мини. 3. Сумка. 4. Клоун. 5. Очаг. 6. Альбом. 10. Склад. 11. Ранец. 14. Болото. 16. Оборот. 17. Дылда. 18. Байка. 19. Пони. 21. Балу.**

Рисунок Виктора ФЕДОРОВА.

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ирины БУРСКОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Николая КАРДАКОВА, Владимира СУПРУНЕНКО, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ, Анны ЯНИНОЙ.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком Ⓚ, печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51.
Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 183000 экз. Заказ № 23 Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 04.06.2003 г. в 19.00. Подписано в печать 04.06.2003 г. в 17.00.

ДРУГ ДОМА

№30/286
2003
Август

Выходит четыре раза в месяц

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

БОЛЬШОЙ И СЛАДКИЙ

Кто не мечтает в жаркий полдень побаловать себя ломтем арбуза, прохладная, красная, со "снежком" мякоть которого тает во рту, услаждая своим нежным вкусом желудок и душу? Однако арбуз не только способен утолить жажду. Это чрезвычайно полезный для здоровья бахчевый плод.

В русской народной медицине арбуз давно и прочно занял первое место среди наиболее эффективных мочегонных и жаропонижающих средств. Есть в медицине даже такой термин - "арбузо-[illegible]". Врачи назначают [illegible] мякоть при заболе[illegible] печени и мочевыводя[illegible] настоятельно ре[illegible] ее ли[illegible] больным в каче[illegible] освежающего напитка. [illegible] народной медицине Грузии арбуз находит применение даже при лечении боль[illegible]

НА ПЕРВОМ МЕСТЕ - БАКЛАЖАНЫ

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **500 рублей** каждому.

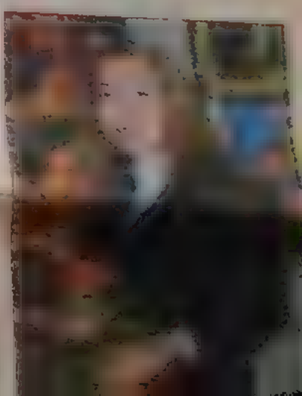
По итогам конкурсов в "Друге дома" № 29 приз получают два кулинара-любителя - **Марина АКСЕНОВА** из Красноярска и **Джемма АНТИПОВА** из г. Новочеркасск Ростовской области. Нам так понравились их рецепты приготовления овощей, и особенно баклажанов, что выбрать, какие из них лучше, мы не смогли.

Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

ЗАПОЛНИШЬ АНКЕТУ - ПОЛУЧИШЬ ПРИЗ!

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому *больше повезет***, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**.



Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном** [illegible] **до 1 сентября 2003 года**. Даты

...Врачи назначают ...ю мякоть при заболе... печени и мочевыводя... ...употреблять ее ли-

хорадящим больным в качестве освежающего напитка. А в народной медицине Грузии арбуз находит применение даже при лечении больных желтухой. Одна проблема: не всегда удается выбрать спелый сладкий арбуз. Ведь в арбузное нутро через толстую корку не заглянешь. Как же не ошибиться при покупке? Как по внешним признакам определить спелость арбуза? Как отличить настоящий арбуз от некондиционного?

В арбузной горе следует искать большой арбуз - чем он крупнее и легче, тем, как правило, более спелый. При этом желательно выбирать, как говорят на юге, "кавуницу" - "арбузную девочку". Она ароматнее и сочнее, чем "мужские" ягоды (да, да, не удивляйтесь, арбузы считаются самыми крупными на планете ягодами). Различить "пол" арбуза можно по величине серого пятна в том месте, где был цветок, - у "мальчиков" оно меньше, чем у "девочек".

Специалисты утверждают, что окраска спелого арбуза максимально контрастная. Если бахчевый плод получил достаточно света, тепла, питательных веществ и влаги, он отличается темными, почти черными, полосами. Еще один признак спелости - сухой хвостик. Причем место соединения хвостика с "попкой" напоминает пуговицу с сухими краями. Светлое пятно на боку, который "отлежал" на бахче спелый арбуз, должно быть максимально желтым, даже оранжевым. Спелый арбуз покрыт твердой коркой-броней. Ее невозможно проткнуть ни пальцем, ни даже ногтем. А вот если тот же ноготь довольно легко проникает сквозь арбузную кожу, значит, плод сырой, незрелый.

Определить спелость можно и по запаху. Если арбуз, который потерли пальцами, пахнет свежескошенной травой, то он некондиционный. Спелый арбуз, как правило, пружинит под легким ударом или, как еще говорят, "дерется" - резонирует при дружеском похлопывании по нему. Вооружившись этими простыми знаниями, можно смело отправляться на рынок за прохладным и оздоровительным для тела и души арбузным благом.

Владимир СУПРУНЕНКО.

ВОЛШЕБНАЯ НИТОЧКА

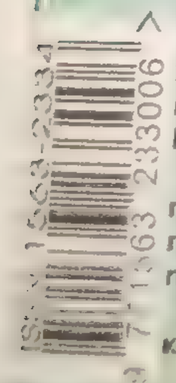
Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "Волшебная ниточка".

В этом выпуске вы узнаете, как связать кружевной воротничок, чтобы украсить платье. Как поставить заплатку, если платье прохудилось. И как смастерить малышу смешную игрушку.

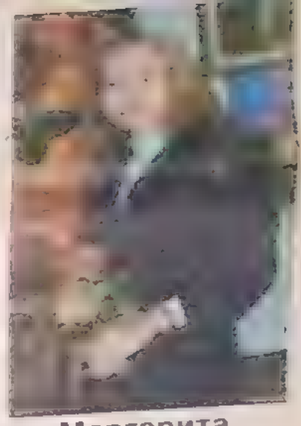
Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции. Со второго полугодия 2003 года вы можете оформить подписку на сборник "Волшебная ниточка".

Наш подписной индекс - 15931 в Объединенном каталоге "Пресса России", т. I, стр. 97.



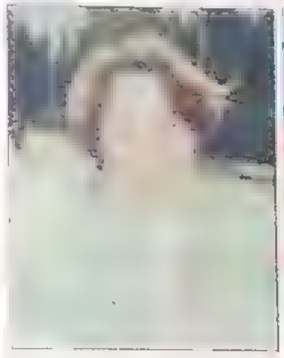
"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3000 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **250 рублей**.

Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном случае - до 1 сентября 2003 года**. Дату будем определять по почтовому штемпелю. Если есть желание, присылайте свои фотографии.



Маргарита МАНДРОВСКАЯ

По итогам розыгрыша анкет из **"Друга дома" № 32 за прошлый год** в счастливую дюжину попали **Валентина Степановна АФАНАСЬЕВА** из г. Кудымкар Пермской области, **Андрей Александрович БАРИНОВ** из г. Суворов Тульской области, **Ирина Викторовна БОЛОТНИКОВА** из Омска, **Алена Андреевна ЗЕМЦОВА** из г. Александров Владимирской области, **Наталья Деевна КАРПЕНКО** из Краснодара, **Валентина Ермолаевна ЛОГАЕВА** из г. Бугуруслан Оренбургской области, **Наталья Николаевна МАКОВА** из г. Падва Свердловской области, **Маргарита Александровна МАНДРОВСКАЯ** из г. Электросталь Московской области, **Татьяна Павловна НЕКЛЮДОВА** из Южно-Сахалинска, **Ангелина Андреевна ПАЕВСКАЯ** из с. Тумак Астраханской области, **Наталья Юрьевна РЫЖЕНКОВА** из г. Усть-Илимск Иркутской области и **Гузалия Шарафутдиновна ТИШИНА** из г. Петров Вал Волгоградской области.



Алена ЗЕМЦОВА

Наталья Юрьевна РЫЖЕНКОВА

Андрей БАРИНОВ

Поздравляем победителей!

"Друг дома" № 30

Фамилия, имя, отчество_____

Домашний адрес_____

Хочу спросить у "Друга дома" о... _____

"Друг дома" выписываю; покупаю 4 раза в месяц; 3 раза в месяц; 2 раза в месяц; 1 раз в месяц; крайне редко; этот номер первый

(нужное подчеркнуть).

Чтобы принять участие в розыгрыше призов, ответы необходимо отправить до 1.09.2003 г.

В КРУГУ СЕМЬИ

РЕВНИВЫ ЛИ ВЫ?

Большинство из нас испытывают муки ревности. Но по-разному. Для одних это настолько мучительное чувство, что приносит постоянные страдания, лишает сна и аппетита, а иногда им просто жить не хочется. Другие же считают, что умеренная ревность может внести некоторое разнообразие в отношения между мужем и женой, даже обостряет чувства. Если хотите с большой долей вероятности определить, ревнивы ли вы, проверьте себя с помощью теста, который составил известный немецкий психолог Тани ЛЕМКЕ.

За ответ "А" ничего не полагается, за "Б" - 1, за "В" - 2 очка.

Что вы думаете о любви?

А. Это не по вашей части.

Б. Это ступень между безразличием и ненавистью.

В. Человек должен любить кого-либо, хотя бы самого себя.

Вы интересуетесь прошлым супруга (супруги), думаете о нем?

А. Вас это не касается.

Б. Думаю в основном не о прошлом, а о будущем.

В. Не только о прошлом, но и о пошлом.

Что вы можете решить, если супруг неожиданно начинает особенно тщательно следить за своей внешностью?

А. Будет красивее, и это хорошо.

Б. Пора начать наблюдать за ним повнимательнее.

В. Главное - не внешность, а душа.

Хочется вскрыть почту, адресованную супругу?

А. Вас это совершенно не интересует.

Б. Не вскрыть, а скрыть.

В. И хочется, и колется.

Как вы реагируете, застав супруга в глубоком раздумье?

А. Пусть думает.

Б. Не позволяете ему думать о всякой ерунде, стараетесь отвлечь.

В. Раз он в плену высоких дум, значит, размышляет о новых законах, предложенных правительством, или о судьбе, скажем, Северной Кореи.

Какова ваша реакция на то, что супруг долго разговаривает с кем-то по телефону?

А. Пусть наговорится.

Б. Настойчиво спрашиваете, с кем он столько трепался.

В. Начинаете беспокоиться.

Что подумаете, если супруг вдруг во сне произнесет чужое имя?

А. Вам все равно.

Б. Жаль, что не фамилию.

В. Что-то с памятью его стало.

Как реагируете на то, что ваш муж (жена) при встрече с друзьями кокетничает?

А. Это его (ее) личное дело.

Б. Говорите, что в нем (ней) погиб(ла) талантливый(ая) актер (актриса).

В. С горечью говорите ему (ей), что в нем (ней) погибает настоящий(ая) мужчина (женщина).

Что делаете, найдя в кармане супруга чужой носовой платок?

А. Положите на место.

Б. Интересуетесь, молился ли он на ночь.

В. Сочувствуете, что кто-то водит его за нос.

Что вы чувствуете, когда вынуждены провести ночь вне дома?

А. Какая разница, где спать, лишь бы было уютно.

Б. Чувствуете себя не в своей тарелке.

В. Чувствуете дискомфорт от того, что не в своей постели.

Как вы ведете или поведете себя, получив бесспорные доказательства супружеской неверности?

А. Не обращаете особого внимания.

Б. Заявляете, что, изменяя вам, он изменяет лучшей половине человечества.

В. Считаете, что он изменил самому себе.

Теперь подсчитаем результат и сделаем выводы.

До 8 очков. Вы совершенно не ревнивы или же вам решительно наплевать на своего мужа и на ваши семейные отношения.

8-16 очков. Вы болезненно ревнивы, в вашу голову часто приходят черные мысли, и, естественно, нередко гложет недоверие к вашему спутнику жизни. Необходимо сдерживать себя.

Больше 17 очков. Вы спокойны, уверены в себе, в своем опыте и в своем чувстве юмора, с чем вас и можно поздравить.

Подготовил
Владимир МИХАЙЛОВ.

СЧАСТЛИВОЕ ДЕТСТВО - НЕСЧАСТНЫЙ РЕБЕНОК?

К пятнадцати годам Оксана успела посмотреть Прагу, Венецию и Будапешт. Мама

всей семьи

СЧАСТЛИВОЕ ДЕТСТВО - НЕСЧАСТНЫЙ РЕБЕНОК?

К пятнадцати годам Оксана успела посмотреть Прагу, Венецию и Будапешт. Мама брала ее с собой в служебные поездки. Чтобы Оксане не было скучно учиться в медицинском училище и жить в просторной квартире в центре Краснодара, родители, очень занятые работой люди, купили ей двух попугаев, кошку, а когда Оксана захотела собаку - и собаку тоже, очень породистую. Дочь не доставляет хлопот родителям, приходит из училища, идет в свою комнату, за компьютер, потом обедает, гуляет с собакой. "Хорошая девочка!" - говорят соседи. Мама не возражает. Вот только немного пугает ее, что у дочери нет подруг и по ночам она боится оставаться одна...

- Вы думаете, только дети состоятельных родителей "несчастливы по-своему"? - говорит психолог Валерий БОРИСОВ. - От одиночества страдают дети и в самых простых семьях. Не говорю про семьи запойных пьяниц - не о них сейчас речь. Я хочу сказать об одном печальном явлении нашего времени, когда воспитание ребенка заменяется содержанием ребенка. То есть его стараются хорошо кормить, обувать, одевать, обеспечивают досуг. В более состоятельных семьях покупают компьютер и компьютерные игры, в менее обеспеченных - ограничиваются кожаной короткой юбочкой с "толчка" (для девочки) или подрезанными штанами с многочисленными карманами и ремешками (для мальчика).

Это доставляет детям временную радость преимущества перед сверстниками, но счастливыми, конечно, не делает.

Между тем родители искренне считают, что если они по мере сил и средств будут выполнять детские запросы нынче, то потом, в старости, их выросшие дети не откажутся "поднести стакан воды". И всеми силами стараются создавать им "счастливое детство". Причем не очень состоятельные родители действуют даже изощреннее.

Что в этом, однако, плохого?

Большинство из нас, 40-45-летних (плюс-минус 10 лет, это не существенно), воспитывались родителями, детским садом и школой, которые нас не столько формировали, сколько развивали. Поэтому по своим способностям мы можем очень долго, много и плодотворно работать. А не по способностям?.. Раньше детей от 5 до 7 лет понуждали к труду. Причем все народы без исключения путем многовекового опыта интуитивно знали: если ребенок в этом возрасте остается праздным, он таковым будет всю жизнь. Потому что только в возрасте от 5 до 7 лет труд становится центром внутреннего внимания ребенка.

Недавно ко мне на консультацию приходила мать с жалобами на дочь-девятиклассницу. Возвращается дочка с улицы, включает музыкальный центр, ложится на диван и активно слушает. И так лежит она 3, 4, 5 часов, не спит, не дремлет, а слушает без перерыва. Или сидит у телевизора и смотрит все подряд. Представим себя на месте подростка. Да нам такое не под силу, даже если любимая музыка и хорошие фильмы. Откуда же у подростков силы для такой активной праздности, требующей полной самоотдачи и внутреннего напряжения?

Стали выяснять. Оказалось, что в детстве мама часто оставляла дочку перед телевизором, чтобы та "не мешала" заниматься домашними делами. Что же теперь удивляться, если для выполнения зрелищного действия у дочери сил больше, чем для мытья полов?

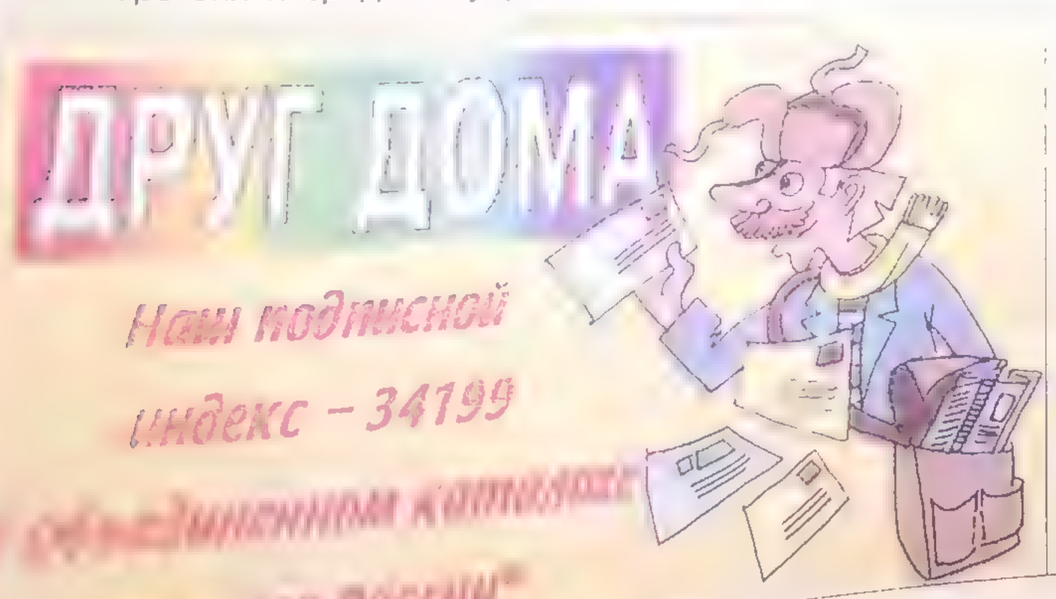
Другой пример. Прибегает мальчишка с тренировки, а мать ему: "Не разувайся! Пойди купи хлеба!" - "Ну мам..." Булочная рядом, десять минут туда и обратно, а у подростка руки опустились. Он разочарован до того, что для него жизнь кончается. Я не преувеличиваю! Мать сердится, ей кажется, что он упрям и эгоистичен. И невдомек ей, что у подростка действительно нет сил для выполнения действия "по необходимости". И всякий раз, когда от него требуют что-то сделать "не для своего удовольствия" и "не по своей нужде", мальчишке приходится совершать целый перелом в своей душе, переводя "поезд усилий" со "своих" рельсов на "чужие".

Дети воспринимают все очень конкретно. С ними нельзя "играть в работу". С ними можно эту работу вместе делать. Причем работа, заданная ребенку, должна быть непосредственно связана с результатом, иначе он не поверит в ее необходимость. Если ваша 5-6-летняя дочка пыхтит, пачкается в муке и налепливает кривенькие вареники, а потом, когда вареники сварятся, отыскивает их в общей миске, вам не придется ей объяснять, почему вы столько времени возились на кухне вместо того, чтобы идти в парк кататься на каруселях. Понятно же для чего - чтобы всей семьей поужинать! А если ваш мальчишка следом за вами трет своей панамой подоконники, непременно нужно ему объяснить, что такое пыль, сколько в ней микробов и что у бабушки от нее начинается кашель. И, кстати, рассказать, почему подоконники не вытирают панамой.

Воспитывать детей сегодня по-настоящему трудно. Мы сами, жители городских кварталов, выросли в праздности, и учить детей приходится, ломая себя. Еще в 30-х годах педагогика окончательно отделилась от психологии, и в практику воспитания вошел лозунг про "счастливое детство", которого до этого не знал ни один народ. Потому что к детству всегда относились как ко времени подготовки к взрослой, трудной и сложной жизни.

Теперь, к сожалению, вместо воспитания ответственности в детях культивируют безответственность. С воздушными шариками, игрушками-зверушками, сладенькими конфетками. При этом мы забываем о непреложном законе, по которому человек, который не умеет оказать помощь никому, в конце концов становится в тягость и самому себе. Ничего удивительного. Чтобы помочь себе - изменить работу или хотя бы опостылевший интерьер в кухне, - нужно прежде всего желание. То есть те самые душевные силы, которые при помощи мамы когда-то были растрачены на переживание мелькающих занимательных картинок.

Ирина СТАНИСЛАВОВА.



МОЯ МАМА

- У меня очень плохие отношения с матерью, - рассказывает 30-летняя Катерина. - И это несмотря на то, что я давно уже стала взрослой женщиной. Но у меня такое ощущение, что она не любила меня с самого детства. До сих пор помню, как однажды ночью у меня сильно заболел живот, я лежала, мучилась, тихо стонала от боли. Но при этом очень боялась разбудить мать и попросить таблетку - я была уверена: на меня обрушится просто поток ругани, из-за того что я мешаю ей спать. А утром меня увезли на "скорой". Эту ночь я почему-то запомнила на всю жизнь... Также помню и то, как просила купить маму понравившееся мне платье - многие девочки в школе носили похожие, и мне ужасно хотелось тоже быть модной. Но мать сделала круглые глаза и сказала, что на такие вещи у нас нет денег, хотя папа прекрасно зарабатывал. Если я пыталась пойти в секцию фигурного катания, то мне говорили, что с моей фигурой лучше не позориться, что надо мной все будут смеяться. Когда заканчивала школу, мать сказала, чтобы я не пыталась куда-либо поступать, что у меня нет способностей, и все равно ничего не получится. И, скорбно поджимая губы, вздыхала: дескать, в семье не без урода... Но тем не менее мне удалось поступить в университет на экономический факультет, на дневное отделение. Учиться было тяжело - родители нисколько не помогали мне. Ни морально, ни деньгами. И вот я днем училась, а вечером мыла полы в кинотеатре, получала копейки, но вместе со стипендией на жизнь более или менее хватало. Во время учебы я вышла замуж за Олега: он мне нравился, к тому же у него была своя квартира, а мне было очень важно уйти из дома. Мне так хотелось жить своей жизнью! Мать тогда здорово раскритиковала моего жениха и сказала, что она на такого даже и не посмотрела бы: дескать, неказистый какой-то... Но все равно я вышла замуж, и мы стали жить у Олега. Я вздохнула свободно, мне было хорошо и спокойно, а с матерью старалась не общаться, чтобы не услышать в очередной раз что-то неприятное в свой адрес. В общем, жили мы нормально, но после рождения ребенка у нас с мужем стали возникать проблемы. И постепенно Олег все чаще и чаще поговаривал о разводе: он, мол, совсем не того ожидал от семейной жизни, мечтал о романтике, а не о вечно орущем младенце и куче пеленок, которые заполонили всю ванную. Я пробовала обращаться к матери за помощью: дескать, мама, подскажи, помоги, но в ответ услышала: "Терпи, как можешь, а то останешься одна, никому не нужная, гулять начнешь, а я с твоим ребенком сидеть не буду!" И все же мне пришлось уйти от мужа, я вернулась к родителям. Что тут началось! Сплошные конфликты, каждый день ссоры и выяснения того, какая я "плохая". Я измучилась и устала, я так больше не могу и совершенно не знаю, как мне жить дальше...

К сожалению, как это ни странно, Катерина совсем не одинока в такой ситуации. Непонимание с самыми близкими людьми, а особенно с матерью, в той или иной степени возникает у многих людей. Конечно, это очень обидно, что мама - человек, который просто по определению обязан быть любящим и поддерживающим, ведет себя совершенно наоборот.

Что же делать?

Во-первых, признать, что матери бывают всякие - и хорошие, и плохие. Ваша мама такая, и это психологический факт. Скорее всего, у нее с ее матерью были похожие отношения, и ее просто не научили любить и защищать своих детей (а этому тоже нужно учиться!). А может быть, у нее была очень несладкая жизнь, которая ожесточила ее. Попробуйте поразмыслить над причинами. Когда вы найдете этому объяснение, вам станет гораздо легче и проще.

Также вам надо перестать зависеть от материнского влияния и материнской оценки, перестать требовать от нее такого поведения, какого бы хотелось. Требовать от нее справедливости, что-то доказывать ей. Стараться быть в ее глазах хорошей и достойной. Вы не сможете изменить ее, как бы ни пытались, и уж конечно никогда ничего не сможете доказать - либо доказательства будут не те, либо не так восприняты. Но при этом вы должны научиться защищать собственные интересы перед матерью, защищать свое личное пространство и не позволять в него вторгаться. Вспомните о том, что вы уже вполне взрослый человек, а не маленькая девочка, которая реагирует на каждое материнское слово.

Конечно, идеальный вариант - это снять квартиру и жить отдельно, общаясь только тогда, когда вам этого захочется.

Еще очень полезно, чтобы освободиться от детских и взрослых обид, выделить вечер и полно, подробно записать их на бумаге. Причем не только перечислить, но и написать свои чувства по этому поводу. Отложите этот лист, но в течение двух-трех недель возвращайтесь к нему - дописывайте то, чего не хватает, исправляйте, правьте. А потом заново перепишите все еще раз. Во время такой "работы" с обидами вы почувствуете, как они будут постепенно сходить на нет. Так устроена человеческая психика. Вам со временем будет легче думать об этом.

А спустя какое-то время вы вполне сможете общаться с матерью спокойно и уверенно. Как только встанете на позицию взрослого человека, а не маленького ребенка, вы заметите: ваши отношения неуклонно меняются в лучшую сторону. Поймите, что вы теперь просто две взрослые и равноправные женщины, которые могут выстраивать свои отношения совсем по-другому, на равных.

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.

ГДЕ ТЫ, ПОЛОВИНКА?

Как считают неисправимые романтики, бродят по [illegible] половинки наших душ, только противоположно[illegible]. Бродят в ожидании встречи, ждут, когда мы [illegible] их, а они нас. Но как? Как выбрать единствен[illegible] или единственную? Для начала отбор возможно[illegible] [illegible]ствлять по внешности - не стопро[illegible] [illegible] задумайтесь

Разрез глаз откровенно рассказывает окружающим, что за человек на них смотрит. Большие, широко открытые глаза - признак прямодушия, даже наивности. Узкие, словно прищуренные глазки - свидетельство хитрости, сообразительности, изобретательности. Такой че-

дей с широко открытыми удивленными глазами.

Брови - признак того, насколько человек романтичен. Если брови вздернуты к вискам или растут "домиком", то можно сразу сказать, что их обладатель витает в облаках, романтик, но не добытчик. А вот брови округлые, как и квадратные, - знак человека, устойчиво стоящего на земле, рационально

Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

губки "бантиком" - [illegible] суальной ненасытности [illegible] их уголки немного [illegible]

ГДЕ ТЫ, ПОЛОВИНКА?

Как считают неисправимые романтики, бродят по земле половинки наших душ, только противоположного пола. Бродят в ожидании встречи, ждут, когда мы узнаем их, а они нас. Но как? Как выбрать единственного или единственную? Для начала отбор возможностей можно осуществлять по внешности - не стопроцентное попадание, но все-таки. Итак, задумайтесь над своим идеалом...

Юрий ПРОКОПЕНКО,
врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

Глаза - не только зеркало души, но и отражение характера. Карие - признак веселого нрава беззаботности легкости в течение жизни. Голубые или серые (как в кино - нордические) - свидетельство холодности натуры, стремления к самореализации, напористости, расчетливости

Представляете себе кареглазую пару? Живут легко, но скудно - оба привыкли брать, но не зарабатывать. И двое голубоглазых не уживутся в одном доме: каждый будет стремиться к власти, жить будут богато, но скучно. Так что больше шансов найти общий язык, если у супругов глаза не совпадают по цвету: один будет зарабатывать, а второй (скорее, вторая) - помогать тратить "эти бумажки".

Все это объясняется и на энергетическом уровне: сероглазого распирает энергия, которой отчаянно не хватает кареглазому. Вместе они спасают друг друга от энергетических проблем, а порознь - один лопается от переизбытка энергии, а другой "умирает" от ее нехватки.

Только зеленоглазые счастливы в паре с другими зеленоглазыми. В зеленых глазах счастливое смешение холодной и теплой энергетики - синей и желтой. Зеленоглазые придерживаются в жизни золотой середины, самодостаточны, в меру предприимчивы и осторожны.

А вообще все цвета глаз можно рассчитать по соотношению в них холодных и теплых тонов. Соответственно и партнер желателен с противоположными оттенками, чтобы в сумме цвета обеих половинок были полностью уравновешены. Например, серо-зеленые глаза мужчины требуют, чтобы у счастливой партнерши глазки были зелено-карими.

Разрез глаз откровенно рассказывает окружающим, что за человек на них смотрит. Большие, широко открытые глаза - признак прямодушия, даже наивности. Узкие, словно прищуренные глазки - свидетельство хитрости, сообразительности, изобретательности. Такой человек способен позаботиться не только о себе, но и о своем избраннике. Прекрасная пара: простой и лупоглазый рядом с прищуренным и изворотливым!

Но и тут исключение - обладатели больших миндалевидных глаз при всей своей открытости способны сами постоять за себя. Они могут быть прекрасными партнерами как для людей с прищуром, так и для людей с широко открытыми удивленными глазами.

Брови - признак того, насколько человек романтичен. Если брови вздернуты к вискам или растут "домиком", то можно сразу сказать, что их обладатель витает в облаках, романтик, но не добытчик. А вот брови округлые, как и квадратные, - знак человека, устойчиво стоящего на земле, рационально строящего свою жизнь и жизнь своего партнера.

Два "домика", увы, вряд ли создадут прочный долговременный союз, а вот вздернутые бровки женщины будут вполне "к лицу" мужчине с квадратными бровями: прагматик и романтик хоть и будут периодически конфликтовать, но в глубине души всегда будут тянуться к близкому человеку, который обладает недостающими им самим качествами.

Промежуточный вариант - прямые брови. Их обладателей не тянет к противоположностям, они совмещают в себе и романтичность, и прагматизм. Уравновешенность душевных качеств позволяет им находить общий язык и с "домиками", и с "квадратами", но чаще они ищут себе подобных. Брови прямые, да еще и сросшиеся - знак чрезвычайной целеустремленности, хотя по народной примете их обладатель будет стремиться к заветной цели всю жизнь, но так и не достигнет ее...

Губы не зря сразу привлекают к себе внимание, не напрасно так тщательно маскируются помадой, блеском и бог знает какой еще косметикой. По губам сразу становится понятно, насколько человек отдает или забирает энергию партнера. Чем губы толще и длиннее, вывернутые, надутые, тем больше их обладатель готов безвозмездно отдавать и энергию, и всего себя. Чем тоньше и уже губы, тем человек требовательнее к другим, тем больше энергии у них уйдет, чтобы насытить его потребности. Маленькие и пухлые губки "бантиком" - признак сексуальной ненасытности, а если их уголки немного опущены, то и неудовлетворенности.

Волосы четко отражают тип энергетики человека: темные, как и глаза, говорят о потребности брать, а светлые - о необходимости отдавать себя. Поэтому в кино так привлекательны пары типа "кареглазый брюнет и кукольная голубоглазая блондинка". Совместимость таких партнеров почти стопроцентная.

А вот голубоглазый брюнет - двойственный тип, ему больше подойдет подобное, но противоположное сочетание - кареглазая блондинка. Кстати, перекрашивая волосы в необычный цвет, человек довольно скоро приобретает и те качества, которые этот цвет символизирует.

Как всегда есть исключение. Это рыжие, которые, будучи к тому же еще и светлоглазыми, символизируют полную отдачу партнеру. А вот темноглазый рыжий бывает чрезвычайно хитер и прагматичен. Искать себе пару им стоит среди себе подобных.

Исследования, проводимые за рубежом, показывают, что пищевые продукты помогают человеческому организму в борьбе с широчайшим спектром болезней.

ВМЕСТО ПИЛЮЛЬ И УКОЛОВ

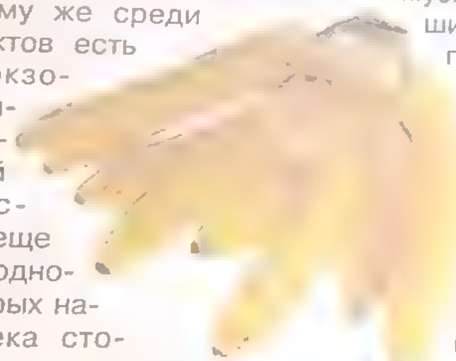
Списки таких продуктов публикуются как в медицинских, так и в популярных журналах. Чтобы перечислить их все, надо выпускать отдельную книгу. Да и то не разовым тиражом, а в виде толстого ежегодника. К тому же среди этих продуктов есть слишком экзотичные, присущие определенной климатической зоне, а еще и такие, от одного вида которых нашего человека стошнит. Поэтому ограничимся тем, что нам доступно и привычно.

Арахис является хорошим помощником при нарушении функции почек. А содержащееся в его орехах в малых дозах вещество тиамин благотворно влияет на работу мозга.

Апельсины - залог мужской силы. Потребление трех таких плодов в день повышает мужскую потенцию на 60 процентов.

Бананы - бальзам для желудочно-кишечного тракта. Они помогают при изжоге, предотвращают язву желудка и двенадцатиперстной кишки, а также "усмиряют" диарею.

Брусника *- хорошее противомикробное сред-*

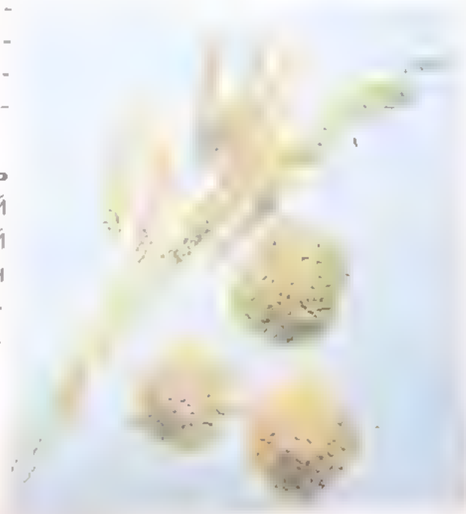


воспаления дыхательных путей и простуды.

Кофе благодаря содержащемуся в нем кофеину расширяет бронхи, а потому полезен при бронхиальной астме. Дневная норма потребления кофе - не больше трех чашек.

Капуста содержит десять компонентов, задерживающих рост раковых клеток. Причем чем сильнее капустный запах, исходящий от кочана, тем капуста целебнее.

Картофель не ахти какой калорийный продукт, но он содержит достаточное количество белка, балластных и сложных веществ, а также витамина С. Как и капуста, задерживает рост раковых клеток.



Лук - при его покупке надо выбирать такой, чтобы он сразу слезу вышибал, так как чем он "злее", тем полезнее. Неполные полкилограмма лука в не-

портится настроение, меньше докучают судороги и боли в спине.

Морковь лучше есть в вареном виде или пить ее сок, тогда ваш организм лучше усвоит все содержащиеся в ней полезные вещества. Самое ценное из них - каротин, который является одним из эффективнейших средств профилактики рака.

Вообще все овощи, а не только морковь предупреждают раковые заболевания. В них содержится много натуральных веществ, которые не только обезвреживают канцерогены, но и восстанавливают поврежденные клетки. Наиболее эффективны против рака помидоры, баклажаны, брокколи, шпинат и спаржа.

Рыба очищает стенки кровеносных сосудов от холестерина. Дело в том, что в ней содержится особая кислота, способствующая этому. Если вы потребляете ежедневно 30 граммов рыбы, вы тем самым на 50 процентов снижаете риск инфаркта миокарда. Наиболее полезна в этом

К

ВИДИМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ С ПЕРВОГО ДНЯ!

Витаминно-минеральный комплекс для глаз

"ОКОВИТ"

✓Восстанавливает цветовосприятие
✓Снимает усталость глаз
✓Нейтрализует вредное воздействие высокой солнечной активности и электромагнитных излучений (телевизор, компьютер)
✓Останавливает развитие близорукости (миопии) и катаракты
✓Защищает органы зрения при сахарном диабете

Рекомендован к применению офтальмологами ведущих научных и лечебных центров РФ.

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!

Телефоны:
в Москве: (095) 786-34-00, 137-01-16, 444-17-11, 128-58-11, 482-59-12, 413-04-05, 246-18-91
в Санкт-Петербурге: (812) 310-14-49
Консультации специалиста: **тел. (095) 105-11-57**

www.fitora.ru

Заказ по почте:
119119, Москва, Ленинский проспект, 42, ком. 32-16.

Регистрационное удостоверение № 003750.Р.643.01.2002
Препарат сертифицирован.

ВАШ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Этот тест даст возможность быстро определить "индекс" вашего здоровья и ответить на вопрос, правильный ли образ жизни вы ведете. Кроме того, он подскажет некоторые доступные способы улучшения самочувствия.

1. Регулярно ли вы едите свежие фрукты и овощи?
Да - 3, нет - 0.

2. Ограничиваете ли вы себя в употреблении животных жиров?

На 12 кг выше нормы - 0. (Норма - ваш рост в сантиметрах минус 100.)

17. Регулярно ли делаете зарядку?
Да - 2, нет - 0.

18. Вы занимаетесь зарядкой, пока не заболят мышцы?
Да - 0, нет - 1.

19. Нужно ли вам снотворное, чтобы заснуть?
Да - 0, нет - 1

20. Всегда ли присте

Они помогают при изжоге, предотвращают язву желудка и двенадцатиперстной кишки, а также "усмиряют" диарею.

Брусника - хорошее противомикробное средство, предотвращающее к тому же воспаление мочевого пузыря.

Гвоздика помогает при ревматическом артрите, зубной боли, а также лечит воспаления.

Злаки, несмотря на наличие в них трудноперевариваемых субстанций, содержат множество разнообразных полезных веществ, которые позволяют избежать хронических заболеваний. Например, масло из зародышей пшеницы богато витамином Е, который жизненно необходим при болезни Паркинсона. А продукты из расплющенного зерна содержат почти все витамины группы В. Они, в частности, замедляют образование морщин, предохраняют от кожных болезней, предупреждают рак кишечника... Словом, спектр действия витаминов группы В настолько широк, что его одним абзацем не охватишь.

Имбирь снимает головную боль, помогает при тошноте, очищает кровь, а также снижает риск инфаркта миокарда и инсульта.

Йогурт содержит молочнокислые бактерии, которые уничтожают в кишечнике вещества, способствующие возникновению рака; кроме того, ежедневное потребление стакана йогурта предохраняет от

Лук - при его покупке надо выбирать такой, чтобы он сразу слезу вышибал, так как чем он "злее", тем полезнее. Неполные полкилограмма лука в неделю защищают сердце и поддерживают кровь в оптимально жидком состоянии. В нем тоже содержатся вещества, уменьшающие риск заболеть раком.

Корица помогает диабетикам. Особенно при диабете первого типа. Принимая ее щепотку ежедневно, вы повысите активность инсулина в три раза.

Лакрица приостанавливает развитие рака на ранней стадии, восстанавливая поврежденные клетки.

Мед лечит гастрит и язвенную болезнь. Кроме этого, он снимает стресс, глушит страхи и вообще успокаивает. Две чайные ложки меда, разведенные в стакане теплого молока оказывают воздействие, аналогичное одной таблетке снотворного.

Молоко необходимо тем, кто ест много растительной пищи. Тогда качество белка, поступление минеральных солей и кальция будут соответствовать потребностям организма. А еще молоко содержит достаточное количество кальция для ослабления предменструального синдрома у женщин, если они пьют его ежедневно. У них реже

от холестерина. Дело в том, что в ней содержится особая кислота, способствующая этому. Если вы потребляете ежедневно 30 граммов рыбы, вы тем самым на 50 процентов снижаете риск инфаркта миокарда. Наиболее полезна в этом отношении скумбрия, которая помимо профилактики рака еще и ревматизм лечит.

Финики богаты аспирином, а потому эффективно снимают головную боль.

Шпинат хорош, когда надо снять легкую депрессию.

Чай является антикариесным средством, так как выводит из строя бактерии, разъедающие зубную эмаль.

Чеснок занимает первое место в списке полезных растений. Он содержит вещества, снижающие высокое артериальное давление и уменьшающие опасность образования тромбов в сосудах, благотворно действует на работу сердца, отпугивает болезнетворные бактерии. К тому же он настоящий кладезь витаминов.

Яблоки предохраняют кости от ломкости, очищают кровь, снижают уровень холестерина, а заодно и помогают похудеть, умеряя аппетит. И все благодаря содержанию микроэлемента бора, способствующего усваиванию кальция из пищи, пишет польский журнал "На здрове".

Татьяна ГУРЬЕВА.

того, он подскажет некоторые доступные способы улучшения самочувствия.

1. Регулярно ли вы едите свежие фрукты и овощи?
Да - 3, нет - 0.

2. Ограничиваете ли вы себя в употреблении животных жиров?
Да - 5, нет - 8.

3. Регулярно ли едите хлеб из муки грубого помола или из отрубей?
Да - 2, нет - 0.

4. Ограничиваете ли вы себя в употреблении сахара?
Да - 5, нет - 0.

5. Умеете ли отдыхать и расслабляться?
Да - 5, нет - 0.

6. Есть ли у вас развлечения?
Да - 4, нет - 0.

7. Есть ли у вас любимый человек?
Да - 4, нет - 0.

8. Есть ли у вас друг, которому полностью доверяете?
Да - 3, нет - 0.

9. Нравится ли вам ваша работа?
Да - 4, нет - 0.

10. Считаете ли вы, что должны быть более ответственны на работе?
Да - 0, нет - 2.

11. Считаете ли вы, что должны брать на себя меньше обязанностей?
Да - 0, нет - 2.

12. Часто ли испытываете скуку?
Да - 9, нет - 2.

13. Вы курите?
Да - 0, нет - 6.

14. Вы курите меньше полпачки сигарет в день?
Да - 2, нет - 0.

15. Употребляете ли алкоголь?
Нет - 3, иногда - 2, каждый день - 0.

16. Сколько вы весите?
Столько же, сколько должны - 5. До 6 кг выше нормы - 4. На 6-12 кг выше нормы - 2.

18. Вы занимаетесь зарядкой, пока не заболят мышцы?
Да - 0, нет - 1.

19. Нужно ли вам снотворное, чтобы заснуть?
Да - 0, нет - 1.

20. Всегда ли пристегиваете ремень безопасности в машине?
Да - 1, нет - 0.

21. Часто ли вынуждены покупать лекарства?
Да - 0, нет - 1.

22. Проверяете ли хотя бы иногда свое артериальное давление?
Да - 1, нет - 0.

23. Бывают ли у вас постоянные болезненные симптомы и обращаетесь ли при этом к врачу?
Да - 0, нет - 5.

24. Занимаетесь ли опасными видами спорта или деятельностью, связанной с риском для жизни?
Да - 0, нет - 3.

25. Часто ли вы беспокоитесь или волнуетесь?
Да - 0, нет - 5.

А теперь подведем итоги

50-75 очков. Вы ведете здоровый образ жизни. Ваше здоровье не внушает опасения, вам не о чем особенно беспокоиться.

25-49 очков. Вам необходимо изменить свой образ жизни! Постарайтесь сделать это как можно скорее, иначе вас поджидают неприятности.

6-24 очка. Вам следует всерьез задуматься над тем, какой образ жизни вы ведете, и постараться изменить его немедленно. Ваше здоровье в опасности! Прочитайте еще раз внимательно тест, критически оценив полученный результат, и подумайте, что можно сделать прямо сейчас, чтобы помочь собственному здоровью!

Анатолий САФОНОВ.

ДАЕШЬ ЖЕЛЕЗО!

В последнее время у меня сильная утомляемость. Ноги болят, сплю плохо. Врач говорит - пей витамины. Пью, но не помогает. Что делать? Мучаюсь уже давно... Сил нет ни на что.

А.С.
Нижний Новгород.

Ставить диагноз заочно очень сложно. Если вы имели дело с источниками жесткого излучения, то это может быть лучевая болезнь. А если вы простой обыватель, который "атома" в глаза не видел, у вас, скорее всего, железодефицитная анемия или астения. Точный ответ может дать только лечащий врач на основании анализов крови, ЭКГ и некоторых других исследований.

Просто "витамины" пить бесполезно. Пропейте ферроплекс - по 2-3 таблетки в день в течение месяца; параллельно с ним Магне-B_6 - по 3 таблетки в день; после этого курс витаминов В, лучше всего в инъекциях сеткой B_2 - B_6 - B_{12} (понедельник - укол B_2, вторник - B_6, среда - B_{12} и потом снова B_2). Ешьте побольше морской рыбы, лучше всего трески, и пейте томатный и гранатовый соки - по 1-2 стакана в день. Хорошо помогает настойка лимонника - по 20 капель утром после завтрака (курс 10 дней, перерыв на неделю и еще 10 дней).

Если после 2-3 месяцев подобной терапии вы не почувствуете себя лучше - идите к доктору. Возможно, дело в каком-либо заболевании, подтачивающем ваш организм. Попросите, чтобы вам проверили эндокринную и сердечно-сосудистую системы.

Кстати, если у вас болят ноги - посмотрите на икры: не видны ли под кожей вены? Если да, то это варикоз, и начинать лечение надо с укрепления вен. Те же витамины B_2 - B_6 - B_{12} в течение месяца плюс массаж ног с облепиховым маслом. Но одновременно с этим обращайтесь к доктору: варикозное расширение вен - заболевание серьезное, и если его не лечить, может привести к инвалидности.

Андрей САСИН,
врач.

МУЖЧИНЫ, БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ

Многие мужчины, к сожалению, легкомысленно относятся к своему здоровью. Ложное представление, что они всегда будут молодыми и крепкими, приводит к развитию серьезной патологии. Даже переболев острым простатитом и излечившись, многие считают это заболевание случайным, не принимают в дальнейшем никаких мер, препятствующих развитию рецидива. И только когда появляются серьезные симптомы угрозы хронического простатита, начинаются поиски врача и наиболее эффективных методов лечения.

Хроническим простатитом в той или иной форме страдает до 80 процентов мужчин, и все они хотят от него избавиться. МАВИТ дает им новые возможности, вплоть до отмены уже назначенной операции!

Название устройство получило от слов «магнит», «вибрация», «тепло», и лечит МАВИТ сочетанием соответствующих физиотерапевтических факторов: импульсным магнитным полем, микровибрацией и теплом. Применяя МАВИТ, пациент получает сразу несколько процедур, которые раньше можно было пройти только в физиокабинете, только у врача-уролога.

Приведем выдержку из протокола клинических испытаний: «В результате лечения устройством МАВИТ у всех больных хроническим простатитом отмечено улучшение акта мочеиспускания, исчезли боли в области гениталий и сексуальные нарушения». Проще говоря, больные явно пошли на поправку!

Устройством МАВИТ, после консультации с урологом, можно пользоваться дома без посторонних глаз. Добавим, что лечение МАВИТом прекрасно сочетается с медикаментозной терапией, при этом сокращается прием лекарств, а эффект от процедур длится дольше. Не забудьте перед приобретением и использованием аппарата обязательно проконсультироваться с врачом!

За дополнительной информацией и по приобретению аппарата МАВИТ можно обратиться на завод-изготовитель, в аптеки, к лечащему врачу. Цена аппарата МАВИТ с оплатой на почте 2830 рублей (без авиадоставки). Код заказа 8970.

Адрес завода: 391351, Рязанская обл., г. Елатьма, Приборный завод
Тел.: **(09131) 2-04-57, 4-38-29.**
Тел. в Москве: **(095) 253-78-00, 961-22-33**
(фирма «Лекарства на дом»).
epz@elat.ryazan.su
http://www.elamed.com

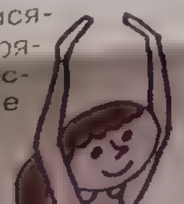
Товар сертифицирован.
Лицензия Минпрома № 42/2001-0675-0479 от 22.10.2001 г.

РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ

Эти 4 упражнения займут не более 20 минут. Когда мало времени, но хочется быть в форме, возникает потребность в комплексе, где упражнений не более 3-4, они просты для запоминания и выполнения и занимают мало времени, зато включают необходимую активность всех мышц и суставов, производят экспресс-настройку равновесия и координации.

Вашему вниманию предлагается именно такой комплекс.

1 Займите статическое положение полуприся- [illegible] спина и шея пря- [illegible] на нос- [illegible] на ширине



рямить ноги, попеременно, давая преимущество то рукам, то ногам, - 10 повторений. Продолжите те же движения в сопротивлении, но в положении лежа на спине и работая попеременно с каждой ногой по 10 движений, темп медленный. В этом упражнении хорошо прорабатываются мышцы и суставы рук и ног, мышцы груди, спи- [illegible] живота, тазового дна.

ВСЕ, ЧТО ЕСТЬ ПОД РУКОЙ...

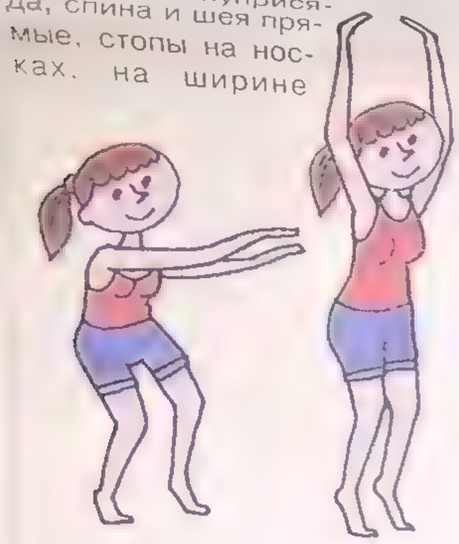
Летние дни на даче полны хлопот: прополка, поливка, подкормка, подрезка, опрыскивание и т.п., а себе, любимой, уделить внимание некогда. Но однажды, вглядевшись в зеркало, вдруг замечаешь, что потрескались и шелушатся губы, кожа на лице стала вялой, особенно вокруг глаз, а на руках потемнела, огрубела, покрылась сеточкой морщинок. В город не выбраться, чтобы посетить косметический салон, да и некогда: урожай поспевает. Можно привести себя в божеский вид подручными средствами, не покидая дачи. Немного времени - 10-20 минут утром [illegible] дело-три былая свежесть и отличный вид к вам [illegible]

Лицензия Минпрома № 42/2001 0675-0479
от 22.10.2001 г.

и координации.

Вашему вниманию предлагается именно такой комплекс

1 Займите статическое положение полуприседа, спина и шея прямые, стопы на носках, на ширине



плеч, руки горизонтально - кольцом перед собой (как бы обхватывая обруч). Выпрямите ноги, потянитесь вверх на носках, сохраняя прямыми шею и спину, руки поднимите вверх, сохраняя их грациозное круговое положение. Задержитесь в этом положении 10-15 секунд, затем опустите руки, расслабьтесь. Повторите упражнение 10 раз, темп медленный.

Это упражнение тренирует равновесие, вырабатывает красивую осанку и грациозную походку.

2. В этом упражнении можно использовать старый шарф или полотенце (или "прыгалки", или любую прочную ткань). Сядьте, согнув ноги в коленях, закиньте шарф за стопы. Далее оказывайте сопротивление руками попытке выпрямить ноги, попеременно, давая преимущество то рукам, то ногам, - 10 повторений. Продолжите те же движения в сопротивлении, но в положении лежа на спине и работая попеременно с каждой ногой по 10 движений, темп медленный. В этом упражнении хорошо прорабатываются мышцы и суставы рук и ног, мышцы груди, спины, живота, тазового дна.

3 Стоя, ноги на ширине плеч, руки сцепите за спиной - ладонями наружу. Наклоны корпуса вперед, руки потяните вверх, выпрямитесь, опустите руки. Темп медленный, повторите 10 раз. Упражнение улучшает подвижность суставов рук и ног, укрепляет мышцы спины и живота, бедер и ягодиц.

4. Сидя со скрещенными ногами (стопа к стопе), ладони снизу обхватывают голеностоп. Медленно потянитесь грудью к стопам, разводя колени в стороны, руками удерживая стопы на месте. Упражнение улучшает подвижность позвоночника, тазобедренных суставов, коленных суставов, укрепляет мышцы рук, ног, спины. Число повторений - 10 раз, темп медленный.

Сергей КОРШУНОВ, врач лечебной физкультуры.

отмечено улучшение акта мочеиспус-

ВСЕ, ЧТО ЕСТЬ ПОД РУКОЙ...

Летние дни на даче полны хлопот: прополка, поливка, подкормка, подрезка, опрыскивание и т.п., а себе, любимой, уделить внимание некогда. Но однажды, вглядевшись в зеркало, вдруг замечаешь, что потрескались и шелушатся губы, кожа на лице стала вялой, особенно вокруг глаз, а на руках потемнела, огрубела, покрылась сеточкой морщинок. В город не выбраться, чтобы посетить косметический салон, да и некогда: урожай поспевает. Можно привести себя в божеский вид подручными средствами, не покидая дачи. Немного времени - 10-20 минут утром и вечером - и недели через две-три былая свежесть и отличный вид к вам вернутся.

На пересушенную кожу, неосторожно опаленную солнцем, наносят маску из большого мучного картофеля. Картофель отварите в мундире, почистите, разомните со сметаной, снятой с молока, и в теплом виде нанести слой на лицо минут на 10-15. Затем смойте прохладной водой.

Прекрасным освежающим и омолаживающим действием обладает так называемая парижская маска, которая подходит для любой кожи.

На предварительно очищенное лицо наложите слой листьев квашеной капусты и полежите 15-20 минут в теплом помещении, расслабив мышцы. Затем лицо вымойте водой комнатной температуры.

Снять усталость и освежить кожу вокруг глаз можно с помощью ломтиков сырого картофеля, обрезанных по ширине клубня. Тонкие ломтики наложите на закрытые веки и так полежите 15 минут, полностью расслабившись.

Обветренные и шелушащиеся губы ежедневно смазывайте смесью свежего творога и меда (по чайной ложке), затем губы нужно облизать. После этого нанесите растительное масло, а спустя 5 минут промокните губы салфеткой.

Сильнодействующий эффект на пористую кожу лица оказывает маска из ржаного хлеба, размоченного в чуть теплой воде. Полученную кашицу нанесите на лицо и держите 15-20 минут, затем смойте прохладной водой.

Хорошо питает и отбеливает кожу такая маска. Отварите чашечку фасоли, разомните вилкой, добавьте 2-3 чайные ложки лимонного сока и 1 чайную ложку растительного масла. Теплую кашицу нанесите на лицо на 20 минут. Маску нужно смыть теплой водой, затем ополоснуть холодной.

Белизну рукам и лицу придаст простой раствор соли. Одну чайную ложку соли нужно развести в стакане теплой воды и сделать ванночку для рук: подержать в ней руки 10 минут. Примочку из соленой воды наложить на лицо и веки на 15 минут.

Полезно протирать потрескавшиеся ладони кусочком свежего огурца, картофельным пюре и ополаскивать водой, в которой варился картофель.

Для ломких ногтей можно делать ванночки из подогретого подсолнечного масла - 10-15 минут. После этого руки не мыть, а тщательно вытереть тряпкой.

Жирную кожу рекомендуется протирать холодной подкисленной водой - одна столовая ложка уксуса или пол чайной ложки лимонной кислоты на литр воды.

В течение дня жирную кожу можно несколько раз протирать обезжиривающим и вяжущим раствором: одно- и двухпроцентным нашатырным спиртом и настойкой календулы - 1-2 столовые ложки на стакан воды.

Для любой кожи хороши маски из трав. Смешайте по одной чайной ложке размельченные мяту, укроп, шалфей, ромашку, липовый цвет, залейте горячей водой до кашицеобразной массы. Нанести на лицо на 20 минут, покрыв его марлевой салфеткой, затем смойте водой.

Чтобы дольше сохранить кожу лица свежей, упругой, молодой, нужно ежедневно выпивать стакан молока или кефира. Полезно также умываться молоком: смочить ватный тампон несколькими каплями молока и протереть лицо.

Не следует смазывать лицо вазелином, так как это может привести к образованию желтых пятен.

Нельзя смазывать кожу чистым глицерином: он истончает и высушивает ее.

Летом не нужно покрывать лицо дневным кремом: он образует жирную пленку и затрудняет дыхание кожи.

А вот кашицу из свежих овощей и фруктов, из всего, что есть под рукой, можно накладывать на чистое лицо, а затем, спустя 10-15 минут, смывать прохладной водой. Это лучшие косметические средства.

Евгения ПЕНОВА.

ДИВАН В САДУ

Чтобы наслаждаться прелестями дачной жизни, нужна соответствующая мебель. Как ее выбрать? Если раньше на дачу свозили всякий хлам, то сейчас предпочитают покупать специальную мебель. Ее делают из ДСП, натурального дерева, прутьев, пластика и металла.

Имейте в виду, что изделия из ДСП недолговечны. Влага, которая неизбежно попадает на поверхность такой мебели, через два-три года выводит ее из строя. Появляются бугры и вздутия, нижние части разбухают. Приходится либо выбрасывать, либо серьезно ремонтировать. Предпочтительнее мебель из дерева, особенно лиственных пород. Лишь со временем тускнеет поверхность или появляется серый налет. Чтобы этого избежать, в начале сезона протрите поверхность любым содержащим воск средством для обработки мебели. Такую же обработку специалисты рекомендуют провести и в раз[illegible] древесину не [illegible] от влаги, но и от пере[illegible] и выгорания. Тем не [illegible] мебель вы[illegible] на улицу только в сухую [illegible] ажной земли нож[illegible] и защитить их от [illegible]

Весьма практична для дачи мебель из пластика. Выбор ее сейчас очень широк, есть и раскладные кресла и стулья. По сравнению с другими видами у нее три преимущества: она дешевая, легкая и совершенно не боится воды. Но, увы, и здесь нет совершенства: жарким днем к стулу прилипаешь, главный же недостаток - невысокая прочность. Подчас одного неловкого движения достаточно для того, чтобы у стула обломилась ножка. Особенно это касается дачников с лишним весом.

Писк нынешней моды - диван-качели. Однако при выборе обратите внимание на материал, из которого сшиты тент и подушки. Хлопчатобумажные и льняные выцветают за одно лето. Синтетика живет дольше. Очень важно, чтобы подушки на садовой мебели имели съемных участках. Только один строительный супермаркет предлагает в этом сезоне 25 различных беседок. "При выборе беседки следует учитывать интересы всех, кто ею будет пользоваться", - говорит дизайнер Людмила Антонова. - Есть большие беседки для приема гостей и есть "семейные" диаметром не более 3 метров. Средняя цена последних - 2500 долларов. Чаще всего заказывают восьмигранник, однако шестигранная беседка обойдется на 40 процентов дешевле. Удобны беседки из пластика - он морозоустойчив, легок. Можно оставить и на зиму. *Но пластиковые беседки стоят на 15-20 процентов* [illegible] роже таких же деревянных.

Бассейны, как и беседки, - не для бедных дачников. Несколько особняком стоят бассейны с надувными [illegible] Раздолье для [illegible]

древесину не только от влаги, но и от пересыхания и выгорания. Тем не менее деревянную мебель выносите на улицу только в сухую погоду. От влажной земли ножки чернеют, и защитить их от этого невозможно.

точно для того, чтобы у стула обломилась ножка. Особенно это касается дачников с лишним весом.

Писк нынешней моды - диван-качели. Однако при выборе обратите внимание на материал, из которого сшиты тент и подушки. Хлопчатобумажные и

Цена плетеной мебели высока и зависит от материала и производителя. Самая дешевая - отечественная из ивового прута. Самая дорогая - испанская, итальянская и немецкая из ротанга. Цена комплекта доходит до 400 долларов. Однако знайте: она того не стоит. "Цена на плетеную мебель сильно завышена в связи с возникшей модой, - считает Андрей Гелода, заведующий отделом Всероссийского музея декоративно-прикладного искусства. - И ротанг, и бамбук - всего лишь гигантская трава, сорняк вроде нашего осота. Мебель из такой травы плетется легко, но она недостаточно прочная и может использоваться лишь короткое время".

ные чехлы - иначе не отстираешь. Слабое место таких качелей - узлы крепления дивана к подвеске. Сделанные из тонкого (около 5 мм в диаметре) стального прута, приваренного к рамке дивана, они отваливаются после первых же посиделок парочки взрослых отдыхающих. Более надежное крепление - на болтах. Его, по крайней мере, проще починить.

Прочна и солидна кованая мебель. Она прекрасно выглядит и долго служит. "Однако фирменная мебель почти не встречается в магазинах, - говорит Сергей Решетников, архитектор и ландшафтный дизайнер. - Чем тратить деньги на дешевые поделки армянских кузнецов, лучше купите столы и стулья из литого алюминия с напылением полиэстера. Такая мебель выдерживает любые климатические условия, намного легче кованой, выглядит не хуже и прослужит лет 25".

Кованый диван известных западных фирм стоит не менее 1000 долларов. Такой диван вызовет зависть соседей и друзей, однако применять его по прямому назначению непросто. По словам члена Международной ассоциации "Союз дизайнеров" Марины Бунаковой, сидеть на кованом стуле неудобно. Подобную мебель ставят для украшения интерьера. Практичнее и удобнее деревянная мебель с литыми чугунными ножками, подлокотниками и стилизованными под цветы спинками. Сейчас в России пользуется популярностью дубовая мебель - толстая, массивная, "под Средневековье".

Опять входят в моду беседки на дачстика - он морозоустойчив, легок. Можно оставить и на зиму. Но пластиковые беседки стоят на 15-20 процентов дороже таких же деревянных.

Бассейны, как и беседки, - не для бедных дачников. Несколько особняком стоят бассейны с надувными бортами. Раздолье для ребятишек. Стоят они относительно недорого. Наибольшее распространение получили китайские "дутики". Совсем маленький, диаметром 1,5 м, обходится не более 900 рублей, хотя 3-метровый потянет на 2800. Впрочем, китайские бассейны покупайте очень осторожно и обязательно проверяйте при покупке. Делают их из тонкой пленки, и часто они бывают дырявыми. Изделия западного производства стоят на 25-30 процентов дороже китайских, но качество их несравненно выше.

Алексей МЯСНИКОВ.

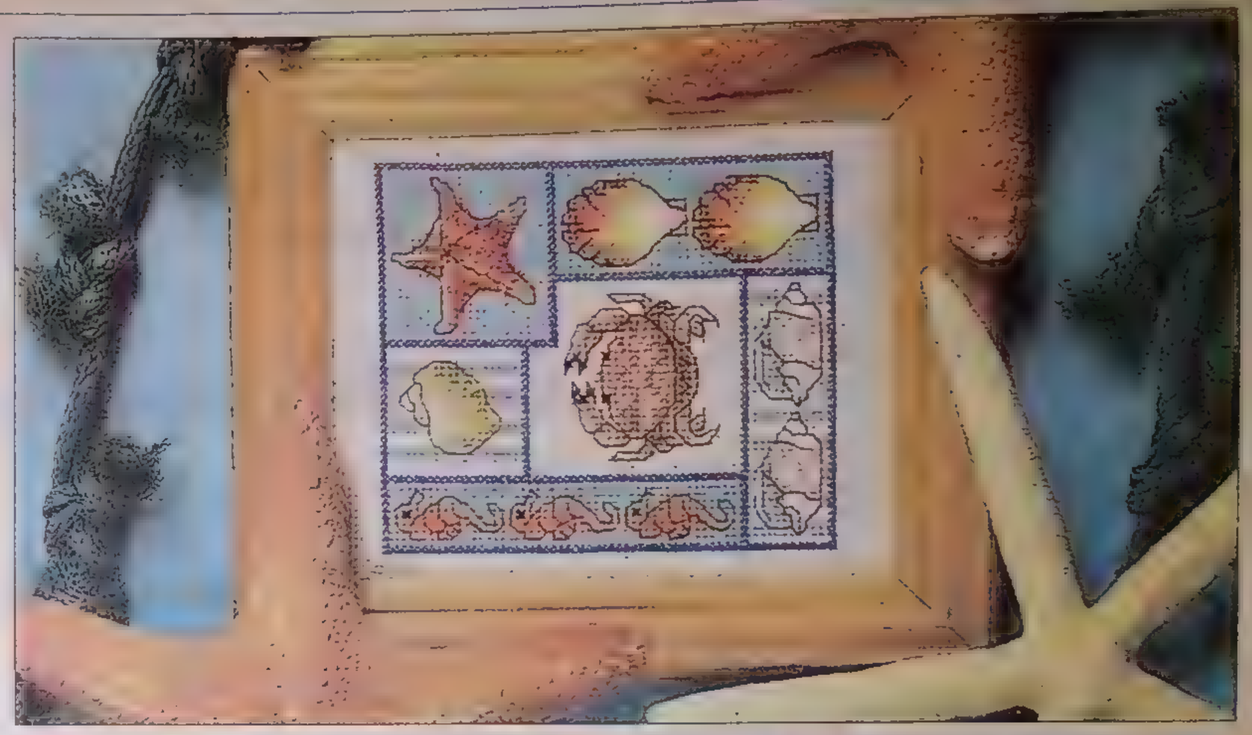
МОРСКОЙ КОЛЛАЖ

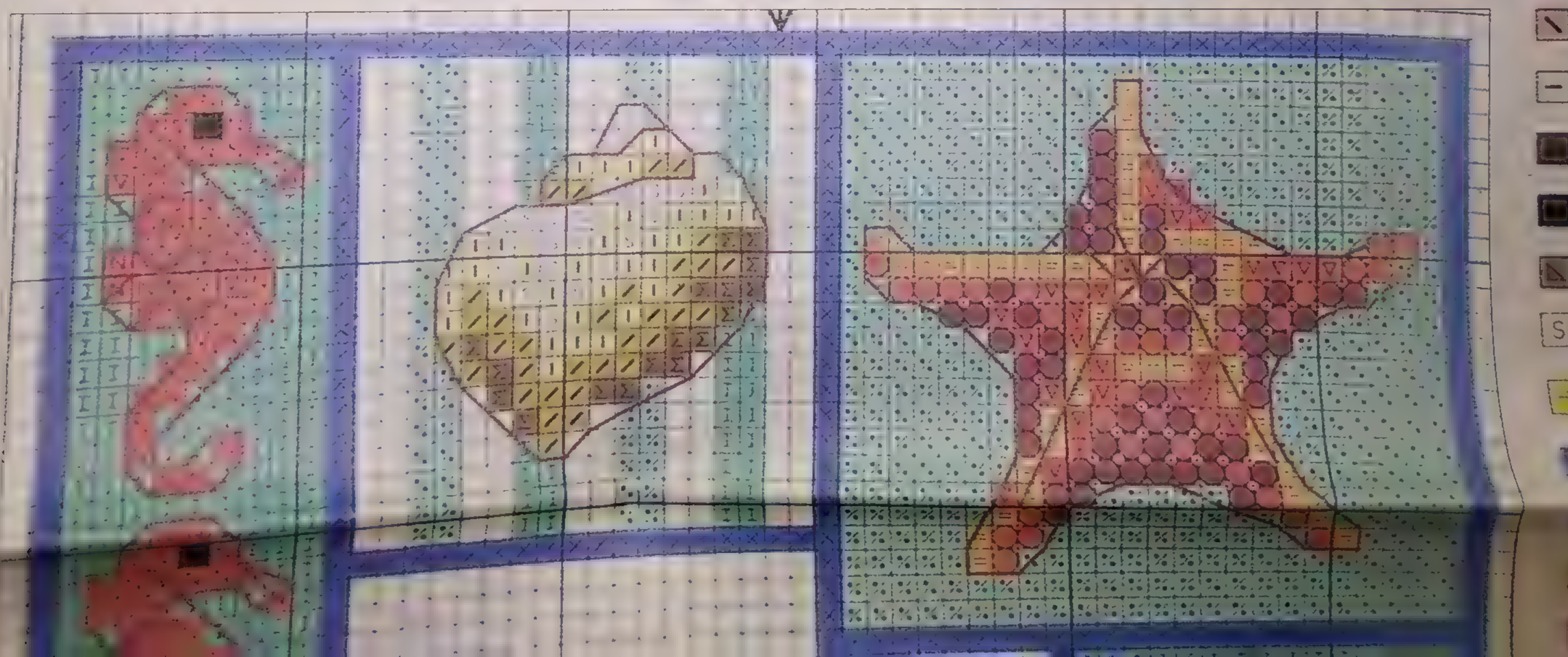
Все мы в детстве собирали на берегу моря ракушки и камешки, подбирали и сушили водоросли, а вернувшись из отпуска, составляли из них оригинальные композиции. По такому же принципу можно сделать коллаж, вышив обитателей морского дна и ракушки.

Размер мотива 63 на 56 клеточек (11,5x10,2 см). Для работы вам понадобится канва Aida 14 (55 клеточек на 10 см) размером 18x17 см, мулине DMC арт. 117.

Вышивка выполняется крестом, швами "французский узел" и "назад иголку".

Ольга ЦАПЛИНА, дизайнер.





744

798

832

834

920

922

927

928

964

3074

3078

3772

3811

3825

3853

3855

Назад иголку

300

Французский узел

921

922

КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

РАЗНОЦВЕТНОЕ ВАРЕНЬЕ

ОРАНЖЕВОЕ ВАРЕНЬЕ

Когда вы копаете морковь, корнеплоды нередко повреждаются и хранятся очень плохо. Но из них можно сварить очень вкусное варенье. Поврежденные места обрежьте, а оставшуюся морковь нарежьте кубиками, сложите в дуршлаг и на 5 минут опустите в кипящую воду, затем дайте воде стечь. В это время приготовьте сироп из 2 стаканов воды и 4 стаканов сахара на 1 кг моркови. Залейте морковь и варите 5 минут после того, как закипит. После этого приготовьте сироп из 3 стаканов сахара и стакана воды и влейте в горячее варенье. Размешайте и оставьте на 12 часов. Затем проварите еще минут 20. Когда варенье будет готово, можно добавить в него щепотку ванилина или лимонной кислоты. После этого снимите с огня, дайте постоять несколько часов и разлейте по банкам.

ЗЕЛЕНОЕ ВАРЕНЬЕ

На 1 кг мелких зеленых помидоров возьмите 1 кг сахара, 0,5 л воды.

В августе, как правило, по- уже не зреют, а зеле- . Вот из них и . Только надо помидоры по- в нескольких местах и проведите

ПОЛОСАТОЕ ВАРЕНЬЕ

Вам потребуется 1 кг арбузных корок, 1,5 кг сахара, 0,5 л воды, 0,5 чайной ложки лимонной кислоты.

Арбузные корки срежьте: снимите рыхлый белый слой и зеленую кожицу. То, что осталось, нарежьте кусочками и залейте кипятком. Через 10 минут воду слейте, опустите корки в сироп, приготовленный из 500 г сахара и стакана воды, и варите на слабом огне до прозрачности. Снимите тазик с огня, обвяжите марлей и оставьте до утра. На следующий день добавьте сироп, приготовленный из оставшихся сахара, воды и лимонной кислоты и варите варенье до готовности в 3 приема по 10 минут через каждые 3 часа.

ЖЕЛТОЕ ВАРЕНЬЕ

Бывает, сорвешь дыню, а она не сладкая. Выбрасывать жалко, вот и научили меня, как сварить из нее варенье. Готовится оно из расчета на 1 кг очищенной дыни 1 кг сахара и 3 стакана воды. Очистите дыню от кожицы и семян, нарежьте кубиками и засыпьте стаканом сахара. Поставьте на пару часов в холодильник. Из оставшихся сахара

РОЗОВОЕ ЖЕЛЕ

Готовится из кожицы и яблочных сердцевинок, но, несмотря на это, получается вкусное и крепкое. Сахар и яблочный отвар берутся в равных пропорциях.

В эмалированную кастрюлю сложите кожицу и сердцевинки, до половины залейте водой, закройте крышкой и уваривайте на среднем огне 2 часа. Процедите через сито и оставьте до утра. На следующий день добавьте в отвар сахар и варите до тех пор, пока сок не загустеет и не станет розовым. Разлейте по стерилизованным банкам и закатайте.

ЯНТАРНОЕ ВАРЕНЬЕ

По вкусу варенье напоминает ананасовое, апельсиновое. Но главное - сложно предположить, что оно приготовлено из кабачков. На 1 кг кабачков возьмите 1 кг сахара и апельсин вместе с цедрой. Он придаст варенью более изысканный вкус. Кабачки и апельсин нарежьте кубиками, засыпьте сахаром и оставьте на ночь, наутро появится сироп. Не добавляя воды, варите 15 минут после закипания. Остудите и поварите еще два раза

САЛАТ "ЗИМНИЙ"

Мелко нарежьте по 1 кг лука и моркови, по 3 кг красного болгарского перца и зеленых помидоров, 1,5 кг капусты. Посолите по вкусу и дайте постоять. Когда появится сок, влейте примерно 0,5 л подсолнечного масла, 150 г уксуса, разложите по банкам и стерилизуйте 40 минут. После этого сразу же закатайте.

САЛАТ "ГЛОБУС"

Вам потребуется 4 л пропущенных через мясорубку помидоров, по 2 кг моркови и красного болгарского перца, 1 кг лука, по стакану сахара и подсолнечного масла, чайная ложка уксусной эссенции.

Морковь натрите на крупной терке, соедините с томатной массой и варите 20 минут. Затем добавьте лук и перец, нарезанные соломкой, варите еще 20 минут, потом положите соль, сахар, влейте масло и варите еще 10 минут. Разложите по банкам и закатайте.

ГЛОБУС ЗИМОЙ

АДЖИКА

Возьмите 3 кг помидоров, по 1 кг свеклы, моркови, лука, 2 кг болгарского перца, 500 г чеснока, 12 горошин (или даже меньше) горького перца, 300 г подсолнечного масла, 200 г сахара.

Все овощи пропустите через мясорубку, добавьте соль, сахар, масло и варите 2 часа, а затем залейте в банки и закатайте.

ЛЕНИВЫЕ СИНЕНЬКИЕ

Почистите и нарежьте кубиками по 10 баклажанов, головок лука, красных болгарских перцев, 15 крупных спелых помидоров пропустите через мясорубку. В полученную томатную массу положите нарезанные овощи, добавьте по 50 г соли, сахара и уксуса, горький перец по вкусу, влейте 0,5 л подсолнечного масла и варите 40 минут. При желании за 3-5 минут до конца варки добавьте измельченный чеснок. Сложите в подготовленные банки и закатайте.

Светлана МОСКАЛЕНКО.
г. Моздок, РСО - Алания.

уже не зреют, а зеле-
еще много. Вот из них и
готовится это варенье. Только
выбирать надо помидоры по-
плотнее. В нескольких местах
проколите их вилкой и доведите
до кипения. Воду слейте, сно-
ва залейте холодной водой и
поставьте варить. Кипящую
воду тоже надо слить, чтобы
убрать горечь. А вот в третий
раз залейте помидоры горя-
чим сахарным сиропом, дове-
дите до кипения, снимите пену
и варите до готовности.

из расчета на 1 кг очищенной дыни 1 кг сахара и 3 стакана воды. Очистите дыню от кожицы и семян, нарежьте кубиками и засыпьте стаканом сахара. Поставьте на пару часов в холодильник. Из оставшихся сахара и воды сварите сироп, остудите и залейте им дыню. Снова поставьте на холод. На следующий день сироп слейте, вскипятите и уже горячим залейте кусочки. Снова оставьте и варите уже на третий день до готовности, пока кусочки не станут прозрачными.

придаст варенью более изысканный вкус. Кабачки и апельсин нарежьте кубиками, засыпьте сахаром и оставьте на ночь, наутро появится сироп. Не добавляя воды, варите 15 минут после закипания. Остудите и поварите еще два раза по 15 минут. Если нет апельсина, можно заменить его чайной ложкой лимонной кислоты, но вкус варенья будет несколько хуже.

Татьяна ШЕВЧЕНКО.
пос. Береза
Самарской области.

масла и варите 40 минут. При желании за 3-5 минут до конца варки добавьте измельченный чеснок. Сложите в подготовленные банки и закатайте.

Светлана МОСКАЛЕНКО.
г. Моздок, РСО - Алания.

С ЧЕСНОКОМ И СЫРОМ

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ

На 1 кг баклажанов вам потребуется 2 яйца, стакан с верхом тертого сыра, 3 столовые ложки сливочного масла, соль, чеснок, сметана.

Баклажаны хорошо промойте, удалите плодоножку, надрежьте вдоль до половины и чайной ложкой удалите серединку. Опустите на 5 минут в кипящую подсоленную воду, затем откиньте на сито или дуршлаг.

Яйца отварите вкрутую, мелко нарежьте и смешайте с тертым сыром и маслом. Полученным фаршем наполните баклажаны, уложите на смазанный маслом противень, полейте сметаной, смешанной с солью и измельченным чесноком, и запекайте в духовке до готовности.

БАКЛАЖАНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ

Вам понадобится 2 баклажана, 2-3 свежих помидора, 5-6 сваренных картофелин, луковица, 2 столовые ложки растительного масла, по полстакана тертого сыра и сметаны, соль, перец по вкусу, зелень укропа или петрушки.

Баклажаны нарежьте кружочками, помидоры и лук мелко нашинкуйте. Все сложите в миску, добавьте масло, соль и хорошо перемешайте. В глубокую сковороду, смазанную маслом, уложите слой нарезанного кружочками вареного картофеля, на него - овощную смесь, затем снова слой картофеля. Посолите, поперчите, посыпьте тертым сыром и запекайте минут 25-30 в умеренно горячей духовке.

БАКЛАЖАНЫ С ЧЕСНОКОМ

Возьмите 500 г баклажанов, по половине стакана сметаны, майонеза и растительного масла, 2 столовые ложки муки, 5 зубчиков чеснока, соль, зелень петрушки.

У баклажанов удалите плодоножку и нарежьте кружочками. Обваляйте их в муке и обжарьте с обеих сторон. Сложите обжаренные баклажаны в глубокую сковороду, слегка посолите, залейте смесью сметаны и майонеза и запекайте в разогретой духовке до готовности. Затем посыпьте растертым с солью чесноком и зеленью.

Алена ИВАНИЦКАЯ.
г. Псков.

СВЕКЛА ДЛЯ ЗАГОТОВКИ

Хочу поделиться рецептом заготовки на зиму свеклы, так как ее довольно сложно хранить в свежем виде.

Эту свеклу можно использовать в качестве салата, гарнира к мясным блюдам, заправки к борщу, как компонент винегретов и салатов. Вам потребуется 4 кг свеклы, натертой на крупной терке, 1,5 кг протертых помидоров, 200-250 г 6-процентного уксуса, 60 г соли, 200 г сахара, 200 г измельченного чеснока, 500 г болгарского перца, 500 г измельченного лука, 500 г растительного масла.

Разогрейте в кастрюле с толстым дном масло, опустите лук, пассеруйте 10 минут, затем положите все остальные компоненты и кипятите 40-45 минут на слабом огне, помешивая и прикрывая крышкой. За 5 минут до готовности добавьте чайную ложку душистого молотого перца. Готовую свеклу быстро разложите в горячие стерилизованные банки, закатайте и укутайте.

Татьяна ЛОСКУТОВА.
пос. Шарапово
Московской области.

СЕВЕРНЫЕ МАРИНАДЫ

СЕВЕРНАЯ АДЖИКА

Вам потребуется 8 кг кабачков, 0,5 кг моркови, стакан сахарного песка, полстакана растительного масла, 4 столовые ложки соли, 200 г чеснока, столовая ложка молотого красного перца, стакан столового уксуса.

Кабачки и морковь пропустите через мясорубку, добавьте масло, сахар, соль и варите 1,5-2 часа на очень слабом огне. В конце варки добавьте пропущенный через мясорубку чеснок, всыпьте перец и влейте уксус. Прокипятите 10-15 минут, разложите по банкам и сразу же закатайте.

Я иногда добавляю томат-пасту или кетчуп.

АРХАНГЕЛЬСКИЙ "АНКЛ БЕНС"

Сначала нужно приготовить соус. Разведите в 1 л воды 300 г томата-пасты, стакан сахарного песка, 2 столовые ложки соли, стакан растительного масла и кипятите 20 минут.

Затем постепенно в следующем порядке добавляйте овощи: сначала 2 кг кабачков, нарезанных кубиками, и проварите 20 минут. Затем 1 кг тертой моркови, и снова варите 20 минут, после этого 1 кг мелко нарезанного лука и через 20 минут - 1 кг измельченного сладкого перца, поварите 20 минут, а в самом конце - 1 кг спелых помидоров. Варите еще 20 минут, после чего переложите в стерилизованные банки и закатайте.

ПОМИДОРЫ С РИСОМ

Влейте в варочный таз 750 г растительного масла и в течение 15 минут обжаривайте в нем 2 кг мелко нарезанного лука. Затем лук выньте шумовкой, а в том же масле 15 минут тушите 2 кг натертой на крупной терке моркови. Морковь удалите, а на ее место опустите 2 кг сладкого перца и тушите еще 15 минут. Достаньте перец и положите 2,5 кг пропущенных через мясорубку помидоров, через 15 минут снимите с огня.

Отдельно отварите в течение 15 минут 2 стакана риса.

Все продукты смешайте вместе с маслом, в котором они жарились, добавьте 3 столовые ложки соли, 100 г сахара и тушите еще 30 минут Затем разложите в подготовленные банки и закатайте

Любовь ЛУКИНА.
с. Павловское
Архангельской области.

ЯБЛОЧНЫЕ ПИРОГИ

ЯБЛОЧНАЯ КОВРИЖКА

Вам потребуется 4-5 средних яблок, 300 г маргарина, 3 яйца, 3 столовые ложки сметаны, 0,5 кг муки, палочка дрожжей, 150 г сахара, соль на кончике ножа, корица по вкусу.

Маргарин разотрите до пышной массы, добавьте взбитые яйца, сметану, дрожжи, сахар, соль, муку и тщательно вымесите тесто. Поставьте в холодное место примерно на час. Затем разделите на две части и раскатайте лепешки. Первую выложите на смазанный маслом противень, на него - натертые на крупной терке яблоки, перемешанные с сахаром и корицей. Накройте второй лепешкой, смажьте взбитым яйцом и выпекайте в духовке при 200 градусах примерно 50-55 минут. Теплую коврижку посыпьте сахарной пудрой.

ЯБЛОЧНЫЙ ПИРОГ "ЮЛИЯ"

Возьмите 400 г сливочного масла или маргарина, 4 стакана муки, стакан молока, палочку дрожжей, щепотку соли. Для начинки - 1 кг яблок и стакан сахара.

Яблоки очистите от семян и кожицы, нарежьте дольками, пересыпьте сахаром и дайте постоять.

Дрожжи распустите в теплом молоке. Маргарин растопите, смешайте с молоком, мукой, солью. Замесите тесто и поставьте в холодильник на 2 часа. Затем разделите его на две неравные части и раскатайте лепешки. Ту, которая побольше, выложите на смазанный маслом противень, на нее - яблочную начинку и сверху накройте второй лепешкой. Защипите края. Верх смажьте яйцом, проколите в нескольких местах и выпекайте в духовке до готовности.

ТОРТ "ЖЕНСКИЙ КАПРИЗ"

Из 100 г сливочного масла, 100 г сахарной пудры, 100 г муки, 100 г пропущенных через мясорубку грецких орехов, 3 яиц и цедры одного лимона замесите мягкое тесто. Выложите его на смазанный противень слоем 1-2 см и запеките в умеренно разогретой духовке. Готовый корж густо смажьте яблочным повидлом, а сверху выложите крем из 4 яичных белков, взбитых со 150 г сахара. Снова поставьте в духовку и запекайте, пока безе не станет кремового цвета. Охладите и мокрым ножом разрежьте на небольшие квадратики или ромбики. При желании в повидло можно добавить измельченные орехи.

ЯБЛОЧНЫЙ ТОРТ

Для теста вам понадобится 250 г муки, 150 г сливочного масла, по 2 столовых ложки сметаны и сахара, желток, сок половины лимона.

Для начинки возьмите 1 кг яблок, 200 г сахара, по 50 г изюма и молотых орехов, 1-2 ложки коньяка.

Очищенные яблоки натрите на крупной терке, добавьте сахар и сварите густое пюре. Остудите, положите изюм, орехи, влейте коньяк.

Замесите песочное тесто, разделите его на две неравные части, раскатайте лепешки. Ту, которая побольше, положите на смазанную сковороду так, чтобы стенки сковороды тоже были покрыты тестом. Выложите начинку и накройте второй частью теста. Сверху смажьте яйцом, немного присыпьте сахаром и по желанию молотыми орехами. Выпекайте до готовности в умеренно разогретой духовке.

ЯБЛОЧНЫЙ ТОРТ "ПОПРОБУЙ"

Из 250 г муки, 100 г сахара, 100 г масла, 2 желтков замесите тесто и поставьте его на час в холодное место. Затем раскатайте, выложите в смазанную сковороду, сделав бортики высотой 1-2 см. Оставшиеся белки взбейте со взятыми по столовой ложке сахаром и крахмалом. Добавьте нарезанные кусочками 2 очищенных яблока и выложите на тесто.

Выпекайте 40 минут при умеренной температуре.

Оксана БАСМАНОВА.
Оренбург.

ЯБЛОЧКО НА ДЕСЕРТ

ЯБЛОЧНЫЙ ДЕСЕРТ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ

Два яблока и два апельсина очистите и нарежьте небольши-

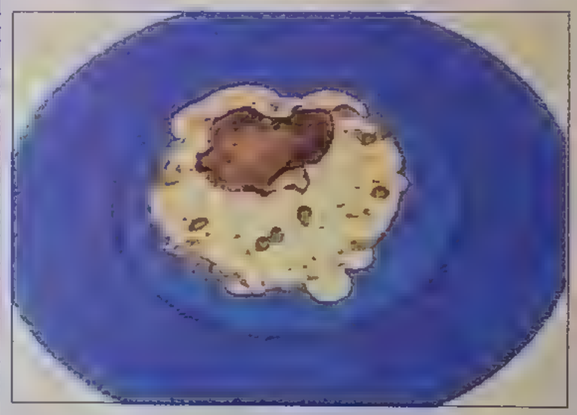
жите в вазочку, посыпьте 100 г сахарной пудры и полейте сто-

мешайте с вареньем и залейте взбитыми сливками.

Пьемонтская кухня сочетает в себе традиции французских кулинаров и средиземноморских крестьян. Во всяком случае, так утверждает шеф-повар московского ресторана "Граци" Ник ван РИМСДАЙК.

УГОЩЕНЬЕ ИЗ ПЬЕМОНТА

ХОЛОДНАЯ ТУШЕНАЯ ТЕЛЯТИНА С СОУСОМ ИЗ ТУНЦА



Консервированный тунец, анчоусы и каперсы разотрите до однородной массы. В конце добавьте лимонный сок. На кусок остывшей тушеной телятины положите ломтики обжаренных в растительном масле баклажанов и полейте приготовленным соусом.

МАРИНОВАННЫЕ ГОВЯЖЬИ РЕБРЫШКИ С ВИННЫМ СОУСОМ

Мясо замаринуйте в смеси уксуса, соли и сахара. Обжарьте. Отдельно потушите до готовности нарезанные морковь и лук, время от времени поливая их красным вином и мясным бульоном. Корень сельдерея почистите и отварите вместе с картофелем. После этого взбейте до пюреобразной консистенции. На тарелку выложите тушеные овощи вместе с

Оренбург.

ЯБЛОЧКО НА ДЕСЕРТ

ЯБЛОЧНЫЙ ДЕСЕРТ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ

Два яблока и два апельсина очистите и нарежьте небольшими кусочками, сбрызните соком половины лимона, посыпьте двумя столовыми ложками толченых орехов. Желток разотрите с двумя столовыми ложками сахара, смешайте со стаканом взбитых сливок и залейте фрукты.

ЯБЛОЧНЫЙ ДЕСЕРТ С КОНЬЯКОМ

Очистите от кожуры два яблока, нарежьте ломтиками, сложите в вазочку, посыпьте 100 г сахарной пудры и полейте столовой ложкой коньяка. Прикройте крышкой и подавайте, когда сахар полностью растворится.

ЯБЛОЧНО-БРУСНИЧНЫЙ ДЕСЕРТ

Вам потребуется два яблока, 3-4 столовые ложки брусничного варенья, стакан взбитых сливок.

Очищенные яблоки нарежьте тонкими кусочками, перемешайте с вареньем и залейте взбитыми сливками.

ЯБЛОЧНЫЙ ДЕСЕРТ С ДЫНЕЙ

Два яблока и два ломтика дыни нарежьте соломкой. Сбрызните лимонным соком. 200 г тыквы натрите на терке, смешайте со 100 г меда и добавьте к яблокам с дыней.

Анастасия ЛОБАНОВА.
Нижний Тагил
Свердловской области.

ОСЕННЯЯ ОТРАДА

САЛАТ "ОТРАДА"

Все продукты берутся в произвольных пропорциях. Морковь, хрен, кислые яблоки натрите на крупной терке. Перемешайте и уложите в банки. Приготовьте рассол из расчета на 1 л воды - 2-3 столовые ложки соли и 3-4 столовые ложки сахара, доведите до кипения и залейте подготовленные овощи. Накройте крышками и стерилизуйте полулитровые банки 10 минут, литровые - 15. Сразу же закатайте крышками и медленно охладите. Такой салат лучше есть со сметаной, предварительно слив рассол.

САЛАТ "ОСЕННИЙ"

На литровую банку салата потребуется 6-7 средних помидоров, 2 луковицы, 2 моркови, 4 сладких перца, 200 г белокочанной капусты, 100 г растительного масла, 1-2 лавровых листа, соль, сахар, перец по вкусу.

Помидоры разрежьте на 6-8 частей, лук - полукольцами, перец - соломкой, морковь натрите на крупной терке. Капусту нашинкуйте. Овощи перемешайте, заправьте маслом, пряностями и тушите на медленном огне, постоянно помешивая, до готовности. В горячем виде разложите по банкам и закатайте.

САЛАТ "ОГУРЕЧНЫЙ"

Для его приготовления возьмите в равных пропорциях репчатый лук и огурцы, можно даже перезрелые, болгарский перец. Лук и огурцы нарежьте кружочками, перец - соломкой. Все перемешайте, плотно уложите в банки и залейте кипящим маринадом (на 1 л воды - полстакана сахара, столовая ложка без верха соли, 3 столовые ложки растительного масла, столовая ложка уксусной эссенции). Простерилизуйте литровые банки 15 минут и закатайте.

ЗЕЛЕНЫЕ ПОМИДОРЫ С НАЧИНКОЙ

Небольшие зеленые помидоры надрежьте вдоль пополам. Внутрь каждого помидорчика положите чуть-чуть чеснока, кружок морковки, листочек петрушки, маленький кусочек (размером не больше спичечной головки) красного жгучего перца. Помидоры аккуратно уложите в банки, залейте маринадом, приготовленным из расчета на 5 л воды - 2 стакана сахара, стакан соли. Стерилизуйте литровые банки 15-20 минут, затем влейте в каждую из них по чайной ложке уксусной эссенции и закатайте.

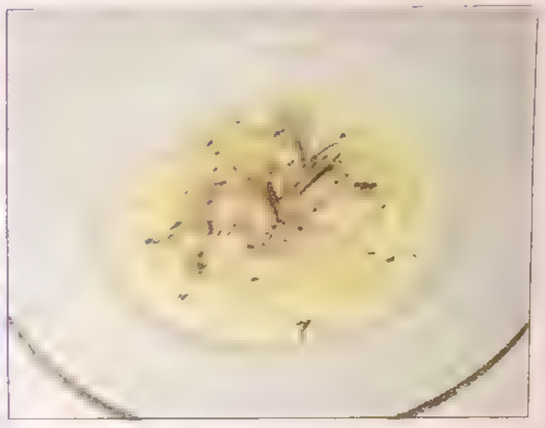
САЛАТ С ФАСОЛЬЮ

На 1,5 кг красных помидоров вам потребуется по 0,5 кг сладкого перца, репчатого лука и моркови, 100 г сахара, 1,5 столовой ложки соли, 150 г растительного масла, немного отварной фасоли. Помидоры нарежьте на 4-6 долек, перец - колечками, лук - полукольцами, морковь натрите на крупной терке. Сложите в кастрюлю, влейте масло, положите соль, сахар и тушите 20 минут. Затем добавьте отварную фасоль и тушите еще 15 минут. После этого разложите по банкам и закатайте.

Светлана МАХОНИНА.
г. Юрга
Кемеровской области.

поливая их красным вином и мясным бульоном. Корень сельдерея почистите и отварите вместе с картофелем. После этого взбейте до пюреобразной консистенции. На тарелку выложите тушеные овощи вместе с подливкой, в которой они тушились, мясо, на него пюре, украшенное ломтиками обжаренной на растительном масле тыквы.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ КЛЕЦКИ С СОУСОМ ИЗ СЫРА



Кусочки сыра разотрите со сливками до получения однородной массы. Полученным соусом залейте отваренные картофельные клецки.

РИЗОТТО С БЕЛЫМИ ГРИБАМИ И СОУСОМ ИЗ КРАСНОГО ВИНА

Рис отварите до полуготовности, добавив во время варки красное вино. Остудите, выложите на сковороду, добавьте крепкий костный бульон, красное вино, сливочное масло и жарьте до готовности. Выложите рис на блюдо ровным слоем, а на него - слой отварных и обжаренных белых грибов.

В ТЕНИ ТЕНТА

Нынешнее лето не баловало нас устойчивой погодой. А так хочется устроить вылазку на природу, встретиться с друзьями на свежем воздухе, да просто посидеть у костра на дачном участке! Журнал “Спрос” рекомендует приобрести тент и дает советы, как его выбрать.

Конструкция тента, как правило, достаточно примитивна - это выкроенный в виде прямоугольника отрез непромокаемого материала (обычно 4,5х4,5 м), растянутый на веревках над местом, которое нужно защитить от дождя, ветра или солнца.

При необходимости укрыть большую площадь центр тента усиливается и ставится крепление для центрального столба-подпорки.

Впрочем, конструкцию тента можно придумать и воплотить самому. Есть мастерские, где их изготавливают по индивидуальному заказу.

При выборе тента надо решить, от чего он должен защищать в первую очередь: от дождя или снега, от солнца или ветра? Многое зависит и от того, насколько сильна и продолжительна будет непогода. Так, крупный град - это особое испытание на прочность, при этом свойства материала и конструкции тента проверяются на выносливость в экстремальных условиях.

Кроме того, нужно учесть, много ли людей будет собираться под тентом. Например, для двух-трех человек подойдет легкая, компактно упакованная конструкция, которая спокойно поместится в походный рюкзак. Если компания ... думать про

Стационарные тенты, площадь которых может доходить до 50 квадратных метров, рассчитанные на компанию из нескольких человек, изготавливают из ткани ПВХ (материалы с пластифицированным поливинилхлоридом). Из нее же делают автотенты, рекламные баннеры и торговые палатки.

Такие тенты можно использовать даже в суровых климати-

торговых палаток, автомобильные и кемпинговые покрытия.

Для растяжки тента по его периметру устанавливаются кольца, если тент большого размера (более 4,5х4,5 м), добавляется кольцо в центре. Для этого по периметру делается усиление материала: либо он подворачивается в два раза, либо вставляется специальная лента. Хорошо иметь в запасе дополнительные кольца - ... при эксплуатации

Есть усовершенствованные модели, где вместо веревки используется прочный упругий резиновый “канат”, он значительно уменьшает опасность разрыва тента при сильном порыве ветра, смягчая рывки.

Если тент невозможно изготовить из цельного куска материала, его состыковывают из отдельных кусков одним из двух способов: сшивают или “спаивают” (склейка практически не подходит, ни один клей не выдерживает серьезную нагрузку на разрыв).

Швы на тенте должны быть залиты клеящим веществом (или веществом, запаивающим

“примагничивает”, притягивает воду. Чем больше это притяжение, тем свободнее вода растекается по ткани.

В результате материал намокает и пропускает влагу. Чем меньше адгезия ткани, тем она более непромокаема, - вода на ней рассыпается на мелкие капли.

В описании тканей для тентов встречаются такие обозначения:

Прочность ткани (“текс ткани”). Для походных тентов оптимальные материалы с тексом 210-440 t.

Плотность ткани. Измеряется в г/кв. м.

Водостойкость ткани (PU). Оптимальное значение PU для походных тентов - от 2000 до 4000. Ниже этого порога, например, от 1500 до 2000 - в принципе допустимо, еще меньше - крайне нежелательно. Материалы с PU свыше 4000 подходят для стационарных укрытий большой площади.

Плетение ткани. Так, Ripstop обозначает, что ткань усилена более толстой и прочной нитью, образующей на поверхности ткани геометрический рисунок (квадрат, ромб).

Водоотталкивающее покрытие - WR.

Наши советы

▲ Собираетесь брать тент в турпоход? Обратите особое внимание на его упаковку, на то, насколько легко его установить и собрать.

▲ Увидев тент из очень дешевого импортного материала, не стесняйтесь развернуть его и проверить. Случается, иные фирмы ввозят отбракованный материал. *Впрочем, иногда в* пределах *партии встречаются* качественные куски.

▲ Плохо проклеенные швы могут вначале держать воду, но со временем, когда ткань растянется, дырки увеличатся и тент будет промокать.

...ество людей будет собираться под тентом. Например, для двух-трех человек подойдет легкая, компактно упакованная конструкция, которая спокойно поместится в походный рюкзак. Если компания больше, то стоит подумать про тенты, которые обычно используются в местах стоянки, в базовых лагерях. Они достаточно тяжелые и довольно громоздкие даже в упакованном виде, так что перевозить их лучше в машине. Продумав все, попробуйте найти оптимальное соотношение качества, веса и цены.

При изготовлении легких тентов нередко используют "Серебрянку" (Nylon Taffeta Silver). Ее водостойкость 600-1500 мм. "Серебряное" покрытие улучшает светоотражающие свойства. Под такой тканью несколько прохладнее. Но этих свойств недостаточно для надежного отдельно стоящего тента.

...считанные на компанию из нескольких человек, изготавливают из ткани ПВХ (материалы с пластифицированным поливинилхлоридом). Из нее же делают автотенты, рекламные баннеры и торговые палатки.

Такие тенты можно использовать даже в суровых климатических условиях. ПВХ не растягивается, очень стоек к ультрафиолетовому излучению и химическим веществам, отличается повышенной прочностью и водонепроницаемостью, выдерживает многократные сгибы, стоек к истиранию.

В то же время сравнительно большой вес и повышенная жесткость не позволяют компактно свернуть тенты из ПВХ, поэтому их обычно не берут в индивидуальные туристические походы, где каждый лишний килограмм - проблема. Они больше подходят для групповых путешествий, но их основная область применения - стационарные сооружения типа

Для растяжки тента по его периметру устанавливаются кольца, если тент большого размера (более 4,5х4,5 м), добавляется кольцо в центре. Для этого по периметру делается усиление материала: либо он подворачивается в два раза, либо вставляется специальная лента. Хорошо иметь в запасе дополнительные кольца - на случай, если при эксплуатации тента какое-то кольцо вырвется. Чтобы его заменить, понадобятся небольшая отвертка и плоскогубцы.

Вместо колец порой устанавливаются оттяжки с усиленными точками крепления и специальными кармашками. В крайнем случае вместо них можно использовать подручный метод - обернуть круглый камешек краем тента и, охватив его веревочной петлей, использовать эту "конструкцию" как оттяжку. Это, конечно, уменьшает срок годности тента, но выручает, когда нет другой возможности.

Толщину веревки выбирают соответственно величине тента.

...готовить из цельного куска материала, его состыковывают из отдельных кусков одним из двух способов: сшивают или "спаивают" (склейка практически не подходит, ни один клей не выдерживает серьезную нагрузку на разрыв).

Швы на тенте должны быть залиты клеящим веществом (или веществом, запаивающим проколы) и обязательно проклеены специальной пластиковой лентой. Но подобная проклейка подходит только для тканей PU, а для других используется иной способ обработки.

Надежнее всего - "пропаять" швы. Благодаря этому они долго остаются непромокаемыми. Однако этот метод доступен лишь для ткани ПВХ.

В характеристиках тентов может встретиться понятие "адгезия ткани". Оно обозначает силу притяжения молекул различных материалов, подобную магнитной силе. В данном случае - насколько ткань

...не стесняйтесь развернуть его и проверить. Случается, иные фирмы ввозят отбракованный материал. Впрочем, иногда в пределах партии встречаются качественные куски.

▲ Плохо проклеенные швы могут вначале держать воду, но со временем, когда ткань растянется, дырки увеличатся, и тент будет промокать.

▲ Покупая тент для автомобиля, внимательно осмотрите, нет ли жестких швов в местах прилегания к кузову, которые могут оставлять царапины на покрытии. Сама ткань должна быть изнутри достаточно мягкой.

▲ Готовые автомобильные тенты, как правило, учитывают особенности определенных моделей. Изучив инструкцию по применению, вы поймете, насколько легко и быстро можно укрыть машину.

▲ Прежде чем заложить тент на хранение, не забудьте его как следует просушить.

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ!

ФАЛЬКО-ЕККЕЛЬ
Чудо-печка по немецкой лицензии
ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

Обогреет дом и дачу, **защитит** от неожиданных холодов парники и птичники, **приготовит** пищу. Не требует трубы дымохода и вытяжки. Практически не дает запаха, безопасна в эксплуатации, компактна.
Вес 5,5 кг. Работа без дозаправки 15 часов.
Топливо: дизельное (солярка), керосин.
Расход 2л/сут.

Цена чудо-печки указана с учетом доставки почтой.

ПРИГОТОВЛЮ САМ К СТОЛУ КАРБОНАТ И ВЕТЧИНУ!

С помощью этой коптильни всего за 1,5 часа вы сможете самостоятельно в домашних условиях приготовить деликатесы из мясных и рыбных продуктов и полуфабрикатов.
Цена домашней коптильни указана с учетом доставки почтой.

Габариты . . . . . 39,5 x 32,5 см
Масса . . . . . .5,3 кг

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ

☐ Чудо-печка Фалько-Еккель
☐ Домашняя коптильня

ФИО
Полный адрес (с индексом) .....

Наш адрес: 101000, Москва, Главпочтамт, а/я 344, "АД-30".
ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ!

СНАЧАЛА ДЕНЬГИ, КВАРТИРА ПОТОМ

Хотим купить квартиру в строящемся доме. Нам предложили заключить инвестиционный договор на строительство жилья. Расскажите, какие проблемы могут возникнуть при таком вложении денег.

Семья ВОРОНОВЫХ.
г. Люберцы
Московской области.

На начальной стадии строительства жилье стоит дешевле, чем в уже построенном доме. И получается, что это реальная возможность сэкономить. Однако существуют и недостатки: основной из них - риск вложения денег в строительство. Чтобы максимально себя обезопасить и заключить договор, необходимо: ознакомиться со всей документацией на строительство, и особенно с решением властей о строительстве; узнать, выделена ли земля и предназначена ли она под строительство; ознакомиться с инвестиционным контрактом между строителями и местными властями, в котором обязательно должны быть указаны сроки строительства и условия привлечения инвестиций. Также желательно навести справки о репутации фирмы и посмотреть дома, которые уже были ею построены. Если все вышеуказанное имеет место, то можно заключать договор и выбирать планировку квартиры.

Полоса подготовлена при участии экспертов журнала "Спрос" и юристов кафедры "Правовые основы экономики" МГТУ "СТАНКИН"

НЕ "НАСОЛИТЬ" СОСЕДУ

Минералом, вполне доказывающим морское происхождение всего живого на Земле, является конечно же NaCl - поваренная соль. Соль - непременный атрибут рациона животных и человека. Так же как земля, соль наполняет своим содержанием всю природу, и жизнь без нее немыслима.

Не имевшая соляных копей Россия с неисчислимыми трудностями и потерями добывала поваренную соль, и исторически сложилось так, что соль у нас была очень дорогая. Это одна из причин, по которой соль - участница многих и многих суеверий, перечислить которые здесь просто невозможно. Рассыпать соль - к ссоре, заговор на соль, гадание на соли и прочее.

Кристалл соли - очень хороший пьезоэлектрик, замечательный накопитель солнечной, магнитной, электрической и других энергий. Если поместить кристалл соли в идеальные для него условия, то он может быть прекрасным накопителем банка данных любого сорта информации...

Но в том-то все и дело, что, несмотря на многостороннюю ценность, годную для хозяйственно-производственной деятельности человека, на самом деле соль в этом смысле никакой ценности собой не представляет: она плавится, тает, как первый снег. Идеальных для нее условий в жизни, к сожалению, не бывает, и потому соль используется только в пищевой промышленности. Даже дороги теперь посыпают чем-то другим. Зато в качестве пищевого продукта заменителя ей нет!

По своей ценности соль в старину приравнивалась к золоту, а в некоторых отдаленных областях и превосходила его, становясь своеобразной валютой. Промышленные разработки соли свели на нет эту замечательную функцию, а значит, привели и к почти полному забвению всех традиций, верований, суеверий, ритуалов, практических способов использования соли в различных отраслях хозяйства, в том числе и в медицинских целях. Сейчас мы знаем, может быть, единственный не выходящий из обихода продукт из поваренной соли, являющийся твердо медицинским, - это физиологический раствор соли в воде. Обладая стойким антимикробным действием, он применяется повсеместно официальной медициной. Но использование соли в суеверных народных способах лечения и профилактики болезней не прекратилось.

Во-первых, соль используется в энергетической защите организма от сглазов, приворотов, наговоров и заговоров, смертельных посланий и нечистой силы.

Последнее особенно интересно тем, что, зародившись на Востоке (там соль была относительно дешевой), способ теряется на большом пространстве России и возникает только ближе к северу - во Владимирской, Костромской областях и далее.

Издавна человек, чтобы не заблудиться в непроходимой заволжской тайге, отправляясь по делам в лес, берет с собой завернутую в тряпицу щепоть соли. Дело в том, что нечистая сила (к примеру, леший) боится соли, а значит, человека, несущего ее, не станет кружить в трех соснах, и он благополучно выйдет домой. В Новгородской, Псковской, Костромской, Нижегородской областях и в Москве бытует представление, что вечером ни в коем случае нельзя давать нуждающемуся ни крупицы соли: нечестный человек может унести из дома весь его достаток, а взамен внести своим появлением (когда его не звали) нужду и болезни. Разговаривать с незваным вечерним гостем лучше всего через порог, не отпирая двери. А если общение все же происходит и вы даете в долг соседу горсть соли (или хлеб), с одалживающего обязательно надо взять деньги. Правда, продавать соль на Руси тоже было не принято, этим занимались специальные купцы, и способ мало помогал: вскоре сердобольные хозяева замечали, что у них вечерами не оказывается то того, то другого, а после нужда настоятельно требует, чтобы перед нею распахнули дверь. В Костромской и Вологодской областях не считается негостеприимным и зазорным, если вечером (когда стемнело) хозяева не пускают гостя в дом. А настоящий житель тех мест и сам после захода солнца не пойдет ни к кому клянчить ни соли, ни хлеба. Он потерпит до утра.

Но и гость приглашенный может ненароком "насолить" дому - сглазить или нарочно энергетически "пробить" хозяина. Потому на столе всегда стоит плошка с солью (или открытая солонка): в пылу беседы всякое бывает, и соль принимает на себя всю отрицательную энергию, какая может излиться гостем нечаянно или обдуманно на зазевавшихся хозяев. Для "злостных" вампиров соль имеет одно замечательное свойство: она возвращает импульс пославшему его, причем с десятикратным увеличением. В какой-то степени это "вечный двигатель", работающий в постоянной заботе о чистоте энергетического пространства и тех людях, у которых в доме есть солонка с солью.

Виталий ПЕТРОВ.

Что же касается костюма, то он не обязательно должен быть

пень чистоты), нежели самое "крутое" платье. А

жизни, к сожалению, не бывает, и потому соль используется только в пищевой промышленности. Даже дороги теперь посыпают чем-то другим. Зато

ротов, наговоров и заговоров, смертельных посланий и нечистой силы.

Последнее особенно интересно тем, что, зародившись

далее.

Издавна человек, чтобы не заблудиться в непроходимой заволжской тайге, отправляясь по делам в лес, берет с собой завернутую в тряпицу щепоть

нечестный человек может унести из дома весь его достаток, а взамен внести своим появлением (когда его не звали) нужду и болезни. Разговаривать с незваным вечерним гостем луч-

постоянной заботе о чистоте энергетического пространства и тех людях, у которых в доме есть солонка с солью.

Виталий ПЕТРОВ.

БУДЬТЕ ЭЛЕГАНТНЫМИ!

Попробуйте дать себе ответ на вопрос: что же такое элегантность и обязательно ли она должна учитывать последний писк моды или связана с личностью человека и его психическим состоянием? Похоже, такая взаимосвязь есть. Перефразируя Чехова, можно сказать, что элегантность заключается в гармонии духа, тела и внешнего вида. Заблуждаются те, кто считает, что достаточно иметь одежду признанной фирмы, сделать прическу в модной парикмахерской, пользоваться духами "Шанель" - и дело сделано.

Опытный глаз обязательно обнаружит какой-нибудь диссонанс. И для многих вы будете выглядеть не элегантным человеком, а лишь претендующим на элегантность. Причем такой претенциозностью больше грешат мужчины, нежели женщины.

В женских журналах аж пестрит от советов, как выглядеть богиней, девочкой, дамой, вампом. Порой такие советы бывают настолько полными и детальными, что прочитавшие их невольно стараются полностью скопировать описанный образец. Но смотрите глубже. Ведь независимо от половой принадлежности одежда выдает психическое состояние того, кто ее носит. И легко определить, что немало людей сталкиваются с большими трудностями в достижении внутренней гармонии, умении жить в согласии с самим собой и внешним миром.

Взять хотя бы такие черты характера, как зависть, подозрительность, агрессивность, которые исключают достижение полной элегантности. А вот скромность, застенчивость и даже некоторая неуверенность в себе такой преградой не являются. Помните: те или иные черты личности обязательно проявляются в манере двигаться и в мимике. А ведь то, как человек держится, очень важно, так как является составляющей частью элегантности. И конечно, еще и то, что сегодня нечасто встречается - воспитание и стремление к идеалу поведения, причем не только на людях.

Элегантность - это и внимание к собственному телу. Все впечатление может испортить частичное отсутствие зубов или то, что они не почищены. Мужчины мало ухаживают за ногтями и руками. А ведь это много значит при знакомстве с женщинами, которые на них всегда обращают внимание. А волосы, растущие из ушей и ноздрей? Но больше всего элегантность мужчины или ее отсутствие подчеркивает обувь - по ее виду и состоянию всегда можно сделать вывод, куда мужчина "идет" по своему жизненному пути.

Что же касается костюма, то он не обязательно должен быть производства известных фирм. Важно внимание к его композиции и отдельным деталям, а также, что наиболее трудно для большинства мужчин, к расцветке. Имейте в виду, что цветовая композиция одежды должна гармонировать с цветом лица и волос.

В отличие от мужчин для женщин необычайно важное значение имеет подбор нижнего белья. Правильность такого подбора свидетельствует об истинной элегантности и о единстве тела и духа. О женщине больше может сказать ее лифчик (его качество, фасон, степень чистоты), нежели самое "крутое" платье. А потому и является очень трудным определение уровня элегантности женщины. Ведь "маска" верхней одежды может быть идеальной. Но никто не видит, что под ней скрывается.

И все же важнейшим признаком элегантности является образ жизни. Например, один польский граф в годы реального социализма жил в такой бедности, что о приобретении новой одежды и мечтать не мог. Но как красиво он носил свои не новые костюмы!

Лехослав ГАПИК,
польский психолог.

НАДУВНОЙ МАТРАЦ-КРОВАТЬ

Идеален для отдыха на воде, на пляже, в лесу, дома. Флокированный (приятная на ощупь бархатная поверхность), водонепроницаемый, компактный.

- **King** (203 x 183 x 13см) **Цена - 1650 р.**
- **Queen** (203 x 152 x 13см) **Цена - 1500 р.**
- **Double** (191 x 137 x 13см) **Цена - 1350 р.**

НАСОС ДЛЯ МАТРАЦА И БАССЕЙНА

- **Цена 450 руб.**

НАДУВНОЙ БАССЕЙН

Спасет от изнуряющей жары. Имеет удобное расположение отверстия для слива воды. Прочный надувной пол обеспечивает дополнительную подушку.

- **Бассейн надувной**, 229x56 см. **Цена 1990р.**
- **Бассейн надувной**, 152x56 см. **Цена 1290р.**

ЗАКАЗЫВАЙТЕ наложенным платежом

☐ Матрац King ☐ Бассейн 229x56 см
☐ Матрац Queen ☐ Бассейн 152x56 см
☐ Матрац Double ☐ Насос

ФИО _____
Полный адрес (с индексом) _____

Наш адрес: 101000, Москва, Главпочтамт, а/я 344, "АД-30"

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ

ПЕРЕХОДНЫЙ ВОЗРАСТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Почему родители перестали меня понимать? Они по-прежнему обращаются со мной, как с ребенком, все время вмешиваются в мою жизнь и дают морально устаревшие советы.

В.Т. Калуга.

Все в порядке. Просто у тебя начался переходный возраст. Мы все много читали о нем, но проблем от этого меньше не становилось.

Так что раз ты уже взрослый и самостоятельный человек, попробуй отнестись к ситуации по-взрослому. Родители тоже переживали такой период, и поверь, все у них было точно так же. Не считай себя исключением. Да, прошло много лет, и папа с мамой уже забыли, как сами были непонятыми и одинокими. Они по-прежнему любят тебя и по-своему пытаются тебе помочь.

Постарайся понять их, и тогда они тоже поймут тебя. Для них ты всегда останешься ребенком, даже если тебе будет 40 лет. Они беспокоятся и заботятся о тебе. Сейчас ты ощущаешь эту заботу как нечто ненужное и навязчивое. Но на самом деле это не так.

Ты - взрослый человек. Но они по-прежнему кормят тебя, покупают вещи и дают деньги на походы в кино. Дело не в грубых материальных интересах. Просто взрослый человек отличается от ребенка именно сознательным участием в делах семьи. И деньги играют в этом далеко не последнюю роль. Ты можешь проявить свою "взрослость", если устроишься работать во время каникул. Пусть хотя бы твои карманные деньги будут твоими, заработанными.

А дерзить и хамить родителям - как раз проявление твоей "невзрослости". Уважающий себя человек никогда не использует крик как метод убеждения. Если, с твоей точки зрения, родители в чем-то не правы, постарайся убедить их в этом спокойно. Подбери нужные аргументы и поговори, как взрослый человек. Возможно, тебя понимают гораздо больше, чем кажется на первый взгляд. Не забывай: во-первых, папе и маме тоже было 14 лет, а во-вторых, они искренне любят тебя и желают тебе добра.

Но ты обнаружил ещё одну малоприятную вещь. Оказывается, учителя тебя тоже недопонимают. Ведь ты такой умный, талантливый, а почему-то получаешь "пары" от этих идиотов.

Сядь и спокойно подумай: действительно ли ты знаешь все, что от тебя требуется? Возможно, ни занудная физика, ни противная химия тебе в дальнейшей жизни не пригодятся. Но, во-первых, ты еще не знаешь, как сложится твоя жизнь, а нынешние планы еще сто раз изменятся. Во-вторых, далеко не всегда можно делать только то, что тебе хочется. Даже при наличии очень интересной работы часто приходится выполнять неприятные поручения, поэтому делай даже то, что тебе не нравится. Есть такое волшебное слово "надо", оно учит дисциплине и поможет в будущем. Кроме того, быстренько сделав уроки (быстренько - не значит кое-как), ты получишь возможность уделить время более интересным занятиям. А заодно избавишься от замечаний учителей и занудства предков.

Тебя ругают за поздние прогулки и вечеринки с друзьями. Обидно, конечно. Но если ты взрослый человек, посмотри с другой стороны. Разве мама не беспокоится, когда папа задерживается на работе? Не забывай: ты не круче Брюса Ли. И на тебя найдется более сильный. Так что беспокойство родителей вполне обоснованно. А взрослость и самостоятельность можно проявить иначе: если ты обещал вернуться домой в 10, сдержи слово. Это поможет тебе больше уважать самого себя. Да и прибавит доверия со стороны родителей: ты умеешь держать слово - значит, в следующий раз тебя вполне можно отпустить и до 11.

Не стоит самоутверждаться, выкрасив волосы в зеленый цвет и воткнув кольцо в пупок. Во-первых, так можно испортить волосы на всю оставшуюся жизнь (да и дырка на пузе тебя не украсит). А во-вторых, взрослый человек утверждает свое превосходство как личность, а не как новогодняя елка с побрякушками.

Доверие со стороны других взрослых людей (и не в последнюю очередь со стороны родителей), умение достойно, без криков и драки, выпутаться из сложной ситуации - вот признаки того, что ты действительно стал взрослым. И если будешь вести себя так, то тебя начнут уважать, тебя поймут. И ты перестанешь быть одиноким и погруженным в свои проблемы.

Надежда НОСОВА, психолог.

РАССКАЖИТЕ, ТЕНИ, СКАЗКУ

Театр любят все. Но ведь не менее интересно самим устроить представление, например театр теней. К тому же для этого не нужно ни декораций, ни костюмов. Требуется только яркий направленный [illegible] света (например, от настольной лампы) и ловкость рук. Попробуйте, какие персонажи у вас лучше получаются, и придумайте несложный сюжет с их участием.

А для начала воспользуйтесь образами, предложенными мето-

Рисунок 1

ВОЛШЕБНЫЙ ПРУД

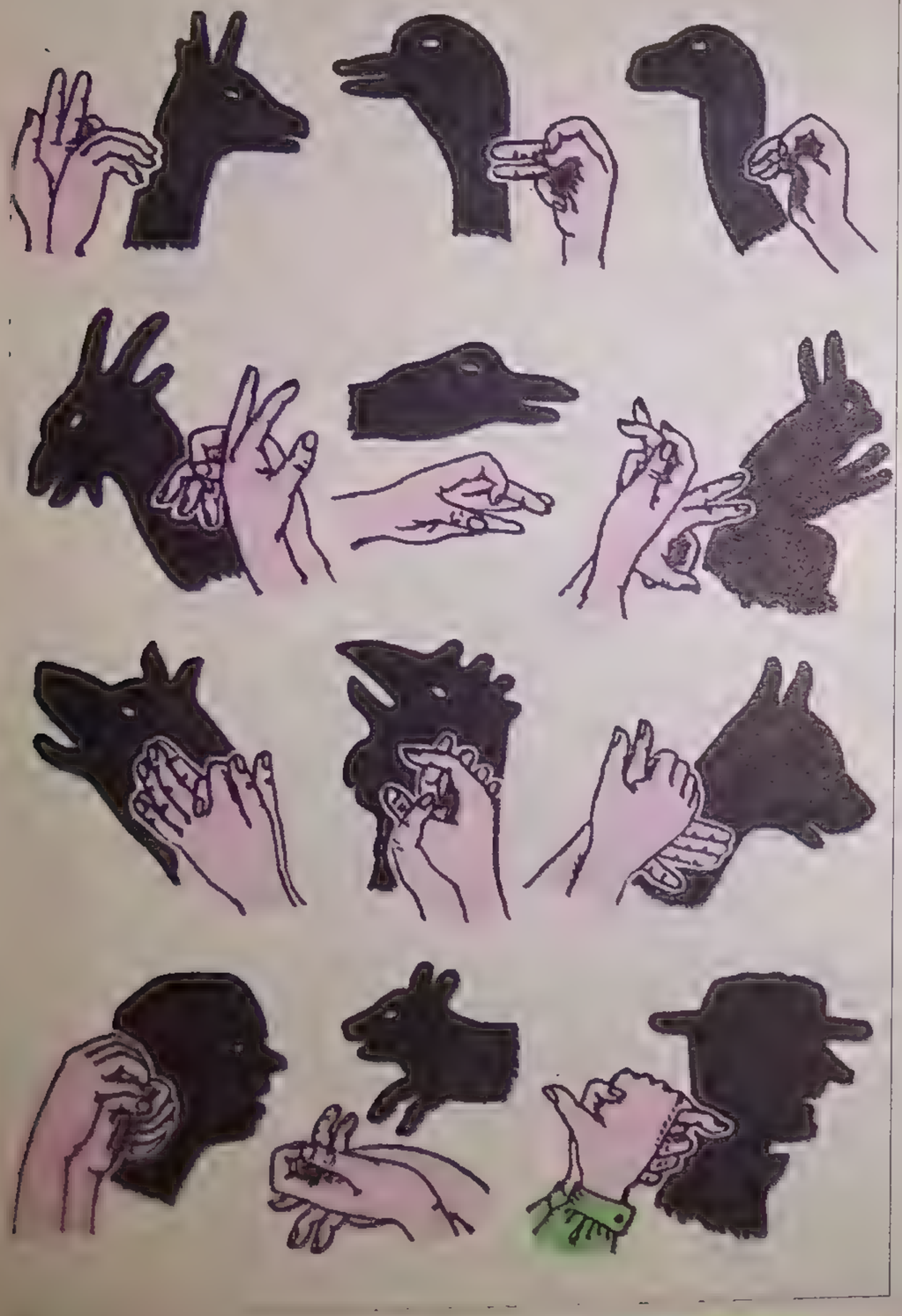
Как-то раз я придумал для младшей сестренки очень

В общем, любых плавающих животных. А чтобы было красиво, в пруду можно "развести" кувшинки. Сделать их чуть-чуть сложнее. На листе бумаги нарисуйте две окружности так, чтобы диаметр од-

ТЕНИ, СКАЗКУ

Театр любят все. Но ведь не менее интересно самим устроить представление, например театр теней. К тому же для этого не нужно ни декораций, ни костюмов. Требуется только яркий направленный луч света (например, от настольной лампы) и ловкость рук. Попробуйте, какие персонажи у вас лучше получаются, и придумайте ***несложный сюжет с их участием.***

А для начала воспользуйтесь образами, предложенными методистами отдела игры Московского городского Дворца творчества детей и юношества.



ПРУД

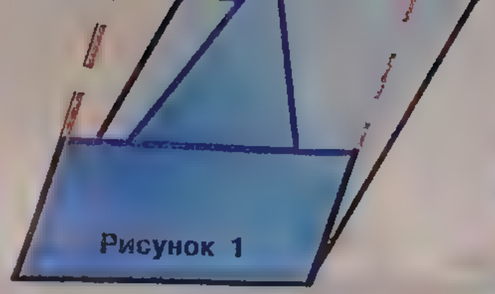


Рисунок 1

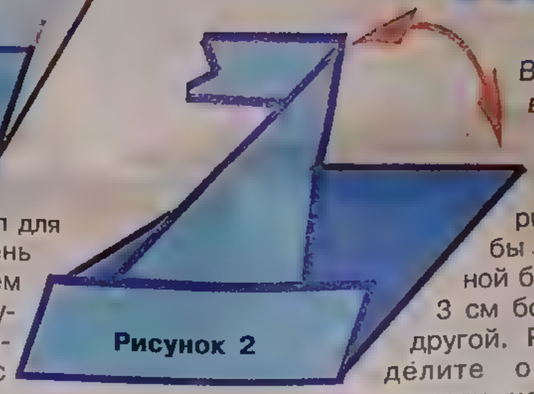
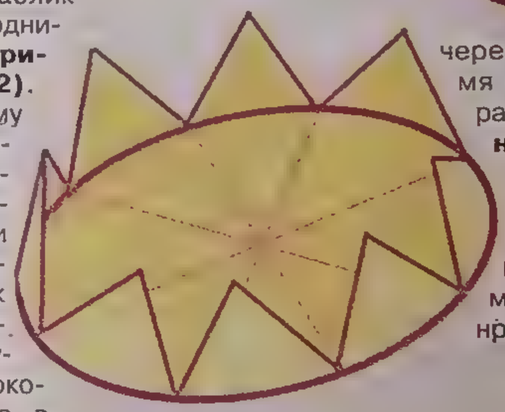


Рисунок 2

Как-то раз я придумал для младшей сестренки очень интересную игру. Причем вышло это совершенно случайно. Для этого понадобится всего-навсего таз с водой, бумага и карандаши. Обычный белый лист бумаги согните пополам. На верхней половинке нарисуйте кораблик и вырежьте его **(рисунок 1)**. Вторая половинка должна оставаться целой. А теперь опустите нарисованный кораблик в воду. По мере того как целая половинка листа будет намокать, вырезанный кораблик будет подниматься **(рисунок 2)**. По такому же принципу можно сделать и плывущих уток или лебедей, лягушек, крокодилов.

Рисунок 3

В общем, любых плавающих животных. А чтобы было красивее, в пруду можно "развести" кувшинки. Сделать их чуть-чуть сложнее. На листе бумаги нарисуйте две окружности так, чтобы диаметр одной был на 2-3 см больше другой. Разделите окружности на 16 частей и сделайте 8 лепестков **(рисунок 3)**. Теперь лепестки нужно вырезать и загнуть к центру **(рисунок 4)**. Опустите кувшинку в воду, и через некоторое время лепестки начнут раскрываться **(рисунок 5)**.



Правда, бумажные фигурки довольно быстро намокают и тонут, но малышам все равно нравится.

Денис ГОРЕЛОВ.
Москва.

НАПИШИТЕ МНЕ ПИСЬМО

Привет всем!

Меня зовут Настя! Мне 11 лет. По знаку Зодиака Овен. Хочу переписываться с мальчишками и девчонками всех возрастов. Отвечу всем на любые вопросы.

Мой адрес: 665061, Иркутская обл., Тайшетский р-н, пос. Новобирюсинск, ул. Ленина, д. 43, кв. 2. Шаймерден Насте.

Привет всем!

Меня зовут Алина. Мне 11 лет. Знак Зодиака - Овен. Люблю петь, танцевать, ходить в походы. Любимая группа "Сливки". Играю на фортепиано. Хочу переписываться с мальчиками и девочками 9-12 лет.

Мой адрес: 390420, Рязанская область, Чучковский р-н, пос. Авангард, Кондрашовой Алине.

Привет всем!

Меня зовут Света. Мне 12 лет. Я не люблю скучать, а люблю веселиться. Я общительная, а еще люблю играть в регби, пионербол, баскетбол, лапту. Очень хочу найти друзей по переписке. Отвечу всем.

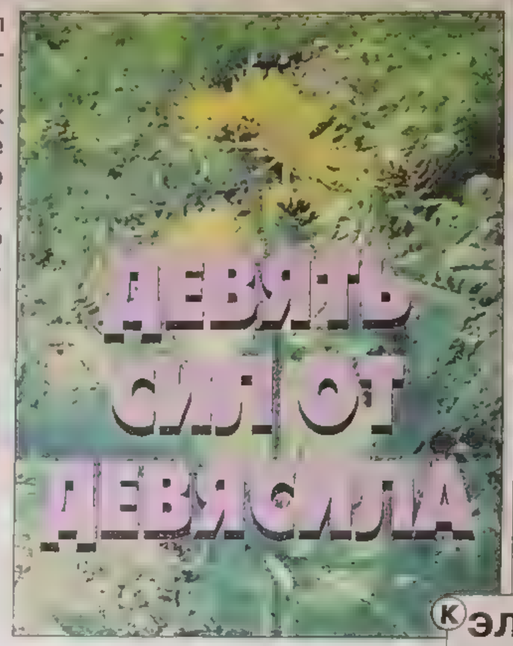
Мой адрес: 174403, Новгородская обл., г. Боровичи, ул. Сушанская, д. 25, кв. 68.

РОЗЕТКИ ПЕСТРЫХ ЛИСТЬЕВ

Хоста - это одно из немногих декоративных садовых растений, листья которого имеют пеструю окраску. Как правило, это различные варианты сочетаний белого и зеленого цвета. Сами листья могут быть гладкими или слегка гофрированными. Взрослое растение представляет собой пышную розетку листьев. В диаметре она нередко достигает 80-100 см. В середине лета хоста цветет. Но цветы ее не очень декоративные. Бледно-сиреневого цвета, они отдаленно напоминают маленькие гладиолусы. Чтобы соцветия не нарушали правильности форм розеток, их обычно удаляют еще в начале развития. Слишком крупные экземпляры этих растений выглядят как небольшие кусты, что также не очень декоративно. Поэтому раз в 5-7 лет хосты разделяют на несколько частей. Проще всего это сделать ранней весной. При этом лопатой отделяют часть корневища, а образовавшуюся ямку засыпают плодородной почвой.

Раздел ведет обозреватель "Друга дома" - агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ

ДЕВЯТЬ СИЛ ОТ ДЕВЯСИЛА



Девясил высокий в садах обычно выращивают как декоративное растение. И это вполне объяснимо - ведь это растение мощное, колоритное. Его цветонос достигает высоты 1,5-2 метра. Листья образуют крупную раскидистую розетку. Силы у растения действительно много.

Однако название цветка произошло, скорее всего, от его лекарственных свойств. Ведь отвары и настои корня девясила издавна применяли для лечения простуды и бронхитов, всевозможных болезней желудка и кишечника.

Целебные корни выкапывают осенью после созревания семян, но до заморозков. Тщательно отмывают от земли, режут на маленькие куски, подвяливают в течение 2-3 дней, а затем окончательно сушат при температуре 30-35 градусов.

ТОВАРЫ ПОЧТОЙ (К)

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1170 р.**
Эл. сепаратор (220 В, 55 л/час, гарантия 12 мес.) **1451 р.**
Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1679 р.**
Эл. мясорубка (вес 4 кг, гарантия 1 год, в комплекте - соковыжималка) **1451 р.**
Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **945 р.**
Озонатор (220/12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1480р.**
Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1523 р.**
Цена включает все затраты и действительна **до 31.08.2003 г.**

ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, телефон 8-383-2-74-04-42.

(К) **ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3**

220 В, 1,5 кВт - от 11200 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - 5200 р.

М. Ленинский просп., 5 Донской пр-д, 21б, проходная ЭНИМС

Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

"Здравствуйте, дорогая редакция!

В одном из номеров "Друга Дома" увидела публикацию о фирме "Марс". Вот уже несколько лет я покупаю семена только в этой фирме, и они ни разу меня не подвели.

Новость о летних скидках на семена очень порадовала. Рассказала о ней всем своим знакомым. Подумали с подругами, посчитали и решили, что так экономно выходит. Все пенсионеры, дачники со

(К) В ФИРМЕННЫХ ВАКУУМНЫХ ПАКЕТАХ, СЕРТИФИЦИРОВАНЫ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЕМЕННОЙ И КАРАНТИННОЙ ИНСПЕКЦИЯМИ

СЕМЕНА "МарС" ПОЧТОЙ

ПРИ ЗАКАЗЕ С 1 МАЯ ПО 30 СЕНТЯБРЯ - ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА К УКАЗАННЫМ ЦЕНАМ 10%

АРБУЗ: Астраханский - **1-35**.
БОБЫ: Черные русские - **3-00**.
БРЮКВА: Куузику - **0-90**.
ДЫНЯ: Колхозница - **1-20**.
ГОРОХ: Алтайский изумруд, Альфа, Воронежский зеленый, Хавский жемчуг - **1-28**, Амброзия (сахарный) - **2-48**.
КАБАЧКИ: Грибовский - **0-90**, Висконсин, Парад, Феникс - **0-98**, Алтай, Заречный, Конкурент, Надежный - **1-05**, Аист - **1-13**, Береговой, Предгорный виноград, Светлячок - **1-20**, Добрыня - **1-35**, Афродита F1, Пальчик, Петрович F1, Серпантин - **1-65**, Парижский корнишон - **1-95**, Засолочный - **2-10**, Великолепный, - **2-18**, Обильный
Дайкон Саша - **1-50**, Дайкон Дубинушка - **1-80**.
РЕПА: Петровская - **1-05**, Листовая - **1-20**.
САЛАТ: Московский парниковый, Новогодний, Фестивальный - **0-90**, Азарт, Крупнокочанный, Кучерявец Грибовский, Одесский кучерявец, Подмосковье - **0-98**, Лолло Росса - **1-50**, Берлинский - **1-65**.
ЦВЕТЫ: Амарант (4 вида), Иберис - **0-90**, Диморфотека - **0-98**, Вьюнок трехцветный, Гипсофила (2 вида), Лен красный - **1-13**, Астры (10 видов) - **1-20**, Бальзамин, Кларкия, Целозия, Подсолнечник (2 вида), Цинния (2 вида), Нигелла, Хризантема, Люпин, Рудбекия - **1-35**, Петуния однолетняя (3 вида)

Вот уже несколько лет я покупаю семена только в этой фирме, и они ни разу меня не подвели.

Новость о летних скидках на семена очень порадовала. Рассказала о ней всем своим знакомым. Подумали с подругами, посчитали и решили, что очень экономно выходит. Все мы пенсионеры, дачники со стажем, семян каждый год покупаем много, чтоб потом урожая и самим хватило, и с детьми да с внуками поделиться. Так что до весны ждать не стали, а заказали семена загодя. Продукция у "Марса" качественная, даже не волнуемся: уверены, что каждое семечко даст всходы. Благо проверено годами!

Кстати, всем вашим читателям хочу посоветовать стимулятор роста "Иммуноцитофит". Я его в "Марсе" всегда вместе с семенами заказываю.

Валентина Журавлева. Тверь".

Итак, дорогие читатели, как видите, радивые садоводы к следующему лету готовятся уже сейчас. **Скидка 10% на весь ассортимент семян фирмы "Марс"** - отличный повод для этого.

ООО "Марс" работает на рынке семян уже шесть лет и старается создать для своих клиентов самые выгодные и удобные условия работы. **Это и гарантированное качество при приемлемых ценах, и гибкая система скидок, и конечно же возможность заказать семена по почте.**

Мы продолжаем публикацию ассортимента и расценок на семена, которые предлагает ООО "Марс" российским садоводам и огородникам оптом и в розницу. Надеемся, наша информация окажется полезной для всех читателей рубрики "Во саду ли, в огороде".

ПРИ ЗАКАЗЕ С 1 МАЯ ПО 30 СЕНТЯБРЯ - ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА К УКАЗАННЫМ ЦЕНАМ 10%

АРБУЗ: Астраханский - **1-35**.
БОБЫ: Черные русские - **3-00**.
БРЮКВА: Куузику - **0-90**.
ДЫНЯ: Колхозница - **1-20**.
ГОРОХ: Алтайский изумруд, Альфа, Воронежский зеленый, Хавский жемчуг - **1-28**, Амброзия (сахарный) - **2-48**.
КАБАЧКИ: Грибовский - **1-20**, Белоплодный, Горный - **1-28**, Якорь, Ролик - **1-35**, Овощное спагетти - **2-40**.
КАПУСТА: Брюссельская, Грибовская, Савойская, Амагер, Зимовка, Подарок, Слава, Ярославна - **0-90**, Вьюга, Июньская, Лосиноостровская, Московская поздняя, Надежда, Полярная, Сибирячка, Тайнинская - **0-98**, Дауэрвайс, Кольраби, Краснокочанная, Судья, Юбилейная - **1-05**, Цветная Эрфуртская, Цветная МОВИР-74 - **1-50**, Цветная Сноуболл - **2-70**, Трансфер F1 - **2-85**, Экстра F1 - **3-30**, Колобок F1 - **3-90**.
КУКУРУЗА: НАРТ 150, РОСС 209 - **1-20**.
ЛУК: Каратальский однолетний - **1-35**, Батун - **1-43**, Хавский однолетний - **1-50**, Золотничок, Мячковский, Штутгартер Ризен - **1-65**, Душистый - **1-95**, Даниловский красный - **2-10**.
МОРКОВЬ: Рогнеда - **1-20**, Лосиноостровская - **1-28**, Болтекс, Витаминная, Московская зимняя, Нантская без сердцевины, Сент-Валери, Тушон, Шантанэ - **1-35**, Королева осени, Леандр, Нантская, НИИОХ - **1-43**, Флакки - **1-50**, Круглая Парижская - **1-65**.
ДРАЖЕ МОРКОВЬ (400 драже) - Витаминная, Московская зимняя, НИИОХ, Без сердцевины, Лосиноостровская, Нантская, Королева осени - **4-80**.
ДРАЖЕ ЗЕМЛЯНИКА - Руяна - **3-00**.
ОГУРЦЫ: Изящный, Эталон - **0-90**, Висконсин, Парад, Феникс - **0-98**, Алтай, Заречный, Конкурент, Надежный - **1-05**, Аист - **1-13**, Береговой, Предгорный виноград, Светлячок - **1-20**, Добрыня - **1-35**, Афродита F1, Пальчик, Петрович F1, Серпантин - **1-65**, Парижский корнишон - **1-95**, Засолочный - **2-10**, Великолепный, Степной - **2-18**, Обильный, Родничок F1 - **2-85**, Бригантина F1, Дружина F1, Шремски F1 - **3-00**, Либелле F1, Малыш - **3-45**, Журавленок F1 - **3-90**, Отелло F1, Сантана F1 - **6-75**, Паркер F1 - **12-30**.
ОГУРЦЫ САМООПЫЛЯЕМЫЕ: Ксюша F1 - **2-85**, Фасон F1 - **3-00**, Апрельский F1 - **5-40**, Зозуля F1 - **6-98**, Ивушка - **7-50**, Буян F1, Верные друзья F1, Мазай F1, Подмосковные вечера F1 - **9-30**, Клавдия F1 - **13-95**.
ПАТИССОНЫ: Белые - **1-43**.
ПАСТЕРНАК: Лучший из всех - **1-35**.
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ: Волжанин, Медаль, Тополин, Яблочко - **1-13**, Виктория - **1-80**, Калифорнийское чудо - **2-40**.
ПЕТРУШКА: Корневая, Листовая - **1-05**.
ПРЯНЫЕ ТРАВЫ: Тимьян - **0-90**, Сельдерей, Фенхель - **1-05**, Базилик фиолетовый, Горчица листовая, Мелисса - **1-20**, Расторопша - **1-35**, Горчица белая - **1-80**, Эстрагон - **6-30**.
РЕДИС: Розово-красный с белым кончиком - **1-20**, Саратовский - **1-28**, Корунд, Красный великан, Ледяная сосулька - **1-43**, Вариант, Вюрцбургский, Заря, Моховский, Ранний красный, Родос, Софит - **1-50**, Рубин - **1-73**, Вера, Жара, Чемпион - **2-03**, 18 дней - **2-18**.
РЕДЬКА: Зимняя черная - **0-90**, Зеленая Маргеланская, Ладушка - **1-13**, Дайкон Саша - **1-50**, Дайкон Дубинушка - **1-80**.
РЕПА: Петровская - **1-05**, Листовая - **1-20**.
САЛАТ: Московский парниковый, Новогодний, Фестивальный - **0-90**, Азарт, Крупнокочанный, Кучерявец Грибовский, Одесский кучерявец, Подмосковье - **0-98**, Лолло Росса - **1-50**, Берлинский - **1-65**.
СВЕКЛА: Двухсеменная, Свекла одноростковая - **1-65**, Бордо, Красный шар - **1-73**, Детройт, Кормовая, Листовая (мангольд) - **2-03**, Цилиндра - **2-78**.
ТАБАК КУРИТЕЛЬНЫЙ: Вирджиния - **1-80**, Трапезонд 362 - **3-45**, Кубанец - **4-90**.
ТОМАТЫ: Барнаульский консервный, Волгоградец, Дубрава, Московский осенний, Патрис, Перемога - **1-05**, Алёна F1, Грушевидный, Дар Заволжья - **1-13**, Венета, Демидов, Пэкмор - **1-20**, Геркулес, Новинка Приднестровья - **1-35**, Де-Барао (золотой, розовый), Золотое руно, Москвич, Челнок - **1-43**, Фонарик - **1-50**, Новичок - **1-65**, Дубок - **1-80**, Хурма - **1-95**, Лонг Кипер, Ямал - **2-25**.
ТУРНЕПС: Золотой шар - **1-05**.
ТЫКВА: Уфимская - **1-20**, Грибовская зимняя, Грибовская кустовая - **1-28**, Крупноплодная - **1-35**, Крошка - **1-50**, Стофунтовая - **2-18**.
УКРОП: Аврора, Кибрай, Лесногородский, Грибовский, Обильнолиственный, Супердукат - **1-13**.
ФАСОЛЬ: Сакса - **1-80**, Журавушка(спаржевая) - **2-40**, Вьющаяся Блэк Джек, Вьющаяся Херольд - **2-78**.
ШПИНАТ: Зимний гигант, Матадор - **1-05**.
ЩАВЕЛЬ: Бельвильский, Широколистный - **1-50**.

ЦВЕТЫ: Амарант (4 вида), Иберис - **0-90**, Диморфотека - **0-98**, Вьюнок трехцветный, Гипсофила (2 вида), Лен красный - **1-13**, Астры (10 видов) - **1-20**, *Бальзамин, Кларкия,* Целозия, *Подсолнечник* (2 вида), Цинния (2 вида), Нигелла, Хризантема, Люпин, Рудбекия - **1-35**, Петуния однолетняя (3 вида) - **1-50**, Лакфиоль - **1-65**, **1-80**, Василек, Гвоздика перистая - **2-00**.

СТИМУЛЯТОР РОСТА:
Иммуноцитофит - 9-75
(1 упаковка - 10 таблеток на 20 литров раствора)

МИНИМАЛЬНЫЙ ЗАКАЗ - 80 руб. + почтовые расходы (наложенный платеж)

Чем больше заказ, тем меньше почтовые расходы! (в процентном отношении)

Оплата заказа при получении на почте!
При заказе менее 2000 руб. ПРЕДОПЛАТЫ НЕ ДЕЛАТЬ!

Заказы присылать по адресу:
119017, Москва,
Бол. Толмачевский пер., д.3
Фирма *"МарС"*
по факсам: **(095) 953-30-75, 951-73-56**
по электронной почте:
mars@mar-s.ru

СИСТЕМА СКИДОК ПРИ СУММАХ БОЛЕЕ:
1000 руб. - 5%
2000 руб. - 9%
3000 руб. - 13%

Заказы свыше 2000 руб. выполняются после предоплаты почтовым переводом в размере 50% от стоимости заказа по указанному адресу, получатель: **Маршак И.И.** Эти заказы и копию квитанции об оплате высылайте только **заказным письмом или по факсу.**

ПРИ ОПТОВОЙ ПРОДАЖЕ НА МЕСТЕ ПРЕДУСМОТРЕНЫ СКИДКИ ОТ 30% ДО 50% ОТ УКАЗАННЫХ ВЫШЕ ЦЕН!

Трудно сказать, из волокон какого растения древний человек изготовил нить и с ее помощью поймал свою первую рыбу. Однако нет сомнения, что и в древние, и в более поздние времена рыбак находил в природе материалы и вещества, из которых делал прочные лески для рыбной ловли.

УЗЕЛОК РАСПУТАЙ В СРОК...

Особенной популярностью в старину пользовались лески из конского волоса. Волос для лесок, как правило, выдергивали из хвостов жеребцов в возрасте от трех до семи лет - делали это чаще всего осенью. Перед плетением волос промывали в теплой мыльной воде и обезжиривали в теплом щелоке. Сегодня для услуг рыболовов великое множество видов и типов лесок. Однако еще больше рыбоудов, которые стремятся все переиначить, сделать по-своему.

Многие считают, что лучшая леска - прозрачная. Однако некоторые рыболовы в зависимости от дна водоема, чистоты воды и времени года стремятся использовать леску различного цвета. Окрасить ее можно, применив такие способы:

- В 100 г воды кипятят 10 г чая 3-5 минут. Затем в кипящий раствор кладут моток лески на 10-12 секунд, охлаждают и снова кипятят такое же время. Выполнив операцию трижды, оставляют леску в чае на сутки. Чай окрашивает леску в светло-коричневый цвет и значительно продлевает срок ее службы.

Для окраски лески может подойти дубовая кора, луковая шелуха, кора ольхи, скорлупа орехов, зверобой. Эти красители дают желтый цвет и коричневые оттенки. Красители обыч-

этом раствор должен захватить часть уже окрашенной лески.

От чего зависит прочность лески? Леску имеет смысл менять ежегодно. Жилку для крупной и сильной рыбы желательно менять от двух до четырех раз за сезон. Полезно также периодически протирать ее кусочком ваты, смоченным в бензине. Если леска приобрела матовый оттенок или при просмотре на просвет на ней местами видны частые мелкие поперечные полоски, это означает, что жилка постарела и утратила значительный запас прочности.

Для длительного хранения леску протирают глицерином, слабо наматывают на картонное мотовильце, кладут в полиэтиленовый мешок и заклеивают его нагретым утюгом через газету. Хранят леску в прохладном темном и сухом месте.

Леска легче рвется на узлах. Чтобы этого не случилось, готовят узел и, опустив его в холодную воду, затягивают. Прочность узла после этого повысится. При завязывании узлов иногда прикладывают к леске шерстяную или хлопчатобумажную нитку, которая повышает прочность жилки.

"Бороды" и узлы на леске отнюдь не способствуют хорошему настроению удильщика. Как распутать тугой узел на леске? В

дополнительно прикладывают кусочек более тонкой.

Как прикрепить поводок? Обычно для того, чтобы привязать поводок, на основной леске делают петлю, в которую продевают петлю на поводке. Этот способ называется "петля в петлю". Иногда, особенно когда лески тонкие, петли разъединить довольно сложно. Увеличить толщину петли поводка можно отрезком более толстой лески. К концу поводка прикладывают леску и завязывают затяжной узел, который получается как бы двойным. Сдвоенный поводок для поплавочной удочки изготавливается из тонкой свинцовой пластинки в форме равнобедренного треугольника (часто согнутого из двух половинок). Пластинка одновременно служит грузилом, которое подвешивается к основной леске за верхний угол. А внизу через два других угла пропускается леска, концы которой и будут служить поводками.

Владимир СУПРУНЕНКО.

ЛАМПОЧКА ЕЩЕ ПОСЛУЖИТ

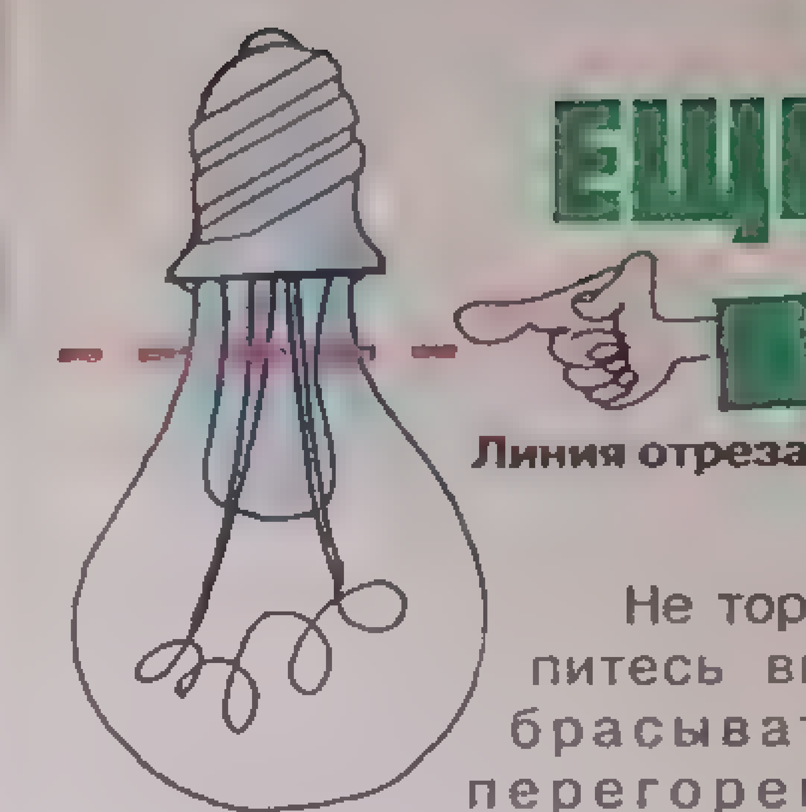


Рис. 1

Не торопитесь выбрасывать перегоревшую лампочку. Из нее получится отличный светильник, напоминающий китайский фонарик, или оригинальная вазочка для цветочка, букетика сухих ароматных трав.

Возьмите пилочку для ампул (купите в аптеке или попросите в поликлинике у медсестры) и очень аккуратно сделайте кольцевой пропил на колбе пониже цоколя **(рисунок 1)**. Пропил надо делать как можно глубже и как можно более четким и аккуратным. Цоколь со всем содержимым легко по нему отломается. Края колбы зачистите мелкой "шкуркой". Подсвечник или вазочка готовы. Ставите в нее свечку такой длины, чтобы фитиль был на уровне краев, и зажигаете или наливаете воду и ставите цветочек. Снизу надо приклеить клеем ЭДП подставочку - фанерный кружочек, осколок керамической плитки. А можно сделать кронштейн из проволоки и вешать "фонарик" на стену **(рисунок 2)**.

Алексей ТКАЧЕНКО, 15 лет. Ярославль.

Рис. 2

С чего начинается освоение приобретенного дачного участка? Правильно, с возведения туалета. И не надо морщиться, ибо работать на открытом месте днем можно, но решать другие потребности - неудобно. Мы уже касались этого "царского" вопроса, но считаем, что остались неопределенными некоторые весьма важные детали.

"ЦАРСКОЕ МЕСТО"-2

...ставляют леску в чае на сутки. Чай окрашивает леску в светло-коричневый цвет и значительно продлевает срок ее службы.

- Для окраски лески может подойти дубовая кора, луковая шелуха, кора ольхи, скорлупа орехов, зверобой. Эти красители дают желтый цвет и коричневые оттенки. Красители обычно заливают водой и кипятят 10 минут. Затем в отвар опускают леску и три раза по 10 секунд кипятят, после этого оставляют в отваре на сутки. Для подкраски лески используют также ботву моркови, свеклы, листья орехов, различные травы.

- Чтоб окрасить леску, берут бытовой анилиновый краситель для хлопчатобумажных тканей и разводят в воде. Краситель доводят до кипения, добавив для стойкости щепотку глауберовой соли. Раствор немного остужают и кладут в него моток лески. Когда она принимает нужный цвет, ее на полчаса опускают в раствор поваренной соли.

- Радужную расцветку можно получить так. Леску наматывают на картон и чуть больше половины ее опускают в раствор, к примеру, светло-зеленого цвета. После остывания и промывки вторую половину картона с неокрашенной леской опускают в раствор, скажем, светло-коричневого цвета. При

узла после этого повысится. При завязывании узлов иногда прикладывают к леске шерстяную или хлопчатобумажную нитку, которая повышает прочность жилки.

"Бороды" и узлы на леске отнюдь не способствуют хорошему настроению удильщика. Как распутать тугой узел на леске? В складку, образованную при сгибании ладони, помещают леску с узлом. Ладонь сгибают так, чтобы узел оказался плотно зажатым в складке. Потом полусжатой ладонью энергично постукивают по колену до тех пор, пока узел не ослабнет. Можно развязать любой узелок, если смочить его водой и растянуть витки тонкой острой иглой. Можно для этого использовать два маленьких крючка. Очень тугой узел перед распутыванием надо легонько расплющить ручкой ножа.

Как вязать рыбацкий узел? Это самый распространенный узел, каким связываются две лески. Вязать его очень просто. Вот как это делается. Берут два куска лески и складывают концы так, чтобы они заходили один на другой. Концы зажимают и леску складывают петлей. После этого в петлю дважды протаскивают один из концов. Остается затянуть узел, потянув за длинные концы. Если таким узлом хотят связать две лески разной толщины, то к более толстой леске

ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ!

Преобразователь электрической энергии «КАРАСЬ»

Предназначен для отлова рыб-производителей, больной, сорной рыбы без причинения вреда рыбе и окружающей среде. Принцип работы основан на анодной реакции рыб.

Технические характеристики

Напряжение питания	12В (аккумуляторная батарея)
Максимальная мощность	400 Вт
Радиус действия	до 4 метров
Габаритные размеры	190x116x68 мм
Масса	0,8 кг
Регулируемая частота и скважность.	
Изделие сертифицировано.	

Гарантия 1 год.
Отпускная цена 1280 руб.

Возможна отправка по почте наложенным платежом.
Стоимость 1920 руб. (цена прибора + почтовые сборы + оплата перевода).

Заявки по адресу:
630129, г. Новосибирск 129, а/я 80
ООО «ОЛСА-СЕРВИС» Тел. 8 (383-2) 74-04-42

С чего начинается освоение приобретенного дачного участка? Правильно, с возведения туалета. И не надо морщиться, ибо работать на открытом месте днем можно, но решать другие потребности - неудобно. Мы уже касались этого "царского" вопроса, но считаем, что остались неопределенными некоторые весьма важные детали.

"ЦАРСКОЕ МЕСТО"-2

Во-первых, туалет на дачном участке обязательно выполняет дополнительно такую важную функцию, как хранилище для садового инвентаря и инструмента. Поэтому опытные дачники сооружают его несколько большим объемом, запирающимся на замок.

Во-вторых, при возведении туалета независимо от типа строители почти всегда совершают одну и ту же ошибку: не делают вентиляцию. Характерно, что делается так на Руси испокон веку, хотя запахи сельских туалетов достанут любого. Так вот решить эту проблему достаточно просто, как показано на **рисунке 1**. Труба может быть любой, но внутренний диаметр должен быть не менее 80 мм.

Рисунок 1. Вытяжная вентиляция садового туалета

В-третьих, если уж взялись за инструменты, то надо затратить еще немного труда и материалов и достроить к туалету душ. И это не роскошь, а одна из первых необходимостей. Ее начинают осознавать те, кто работал, да и просто отдыхал на участке в жару.

На **рисунке 2** показан вариант совмещенного дачного санузла. Душевая кабина оборудуется решеткой-полом для пропуска воды и дренажом или сточным накопителем с трубой. При желании и наличии бака большой емкости в туалете можно оборудовать вполне городской унитаз со смывом. Для монтажа проводящей системы к бачку можно использовать резиновые (пластиковые) шланги, а не стальные трубы, поскольку нет городского давления воды. Кстати, иногда, особенно в пасмурную или ветреную погоду, вода в баке не прогревается. Однако если вы сколотите вокруг бака каркас и обтянете его полиэтиленовой пленкой **(рисунок 2)**, то возникнет парниковый эффект, вода прогреется до 30, даже до 40 градусов. Важно только помнить, что удаление пленки непосредственно от бака должно быть не менее 15 сантиметров.

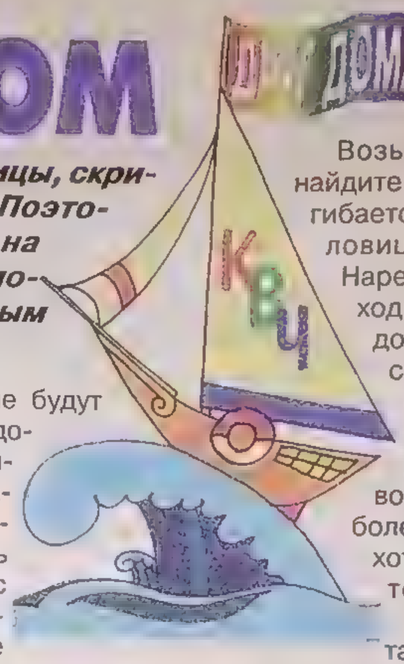
Рисунок 2. Совмещенный дачный санузел

Ну а когда уезжаете с участка, в закрывающемся санузле можно оставить инвентарь и инструменты.

Сергей ДМИТРИЕВ.

ПОЮЩИЙ ДОМ

Неприятно, когда в доме "поют" половицы, скрипят двери и оконные створки, лестницы. Поэтому наши читатели живо откликнулись на вопрос Ивана КОРОБЕЙНИКОВА из Смоленска о том, как бороться с "музыкальным оформлением" в доме.



Вот какое мнение по этому вопросу у **Михаила ПЛАТОНОВА** из Новочеркасска Ростовской области.

Створки дверей могут скрипеть по двум причинам. Где-то они трутся о пол, о косяки, и это трение порождает душераздирающие звуки. А могут скрипеть непосредственно петли. В первом случае постарайтесь узнать, в каком месте трет дерево. Хотя такое место обычно хорошо видно по затертостям на косяках или характерной дуге на полу. Достаточно подтесать косяки стамеской, потом зачистить наждачной шкуркой, и скрип прекратится. Дверь подправить сложнее. Надо положить на пол хорошо разведенную ножовку в том месте, где на полу видна дуга, и несколько раз энергично открыть и закрыть дверь, чтобы трущий край тесался о зубья. При необходимости передвигайте ножовку взад и вперед. Проще, конечно, снять дверь с петель и запилить "лишнее" рашпилем.

А если скрипят петли, более того, как их ни смазывай, через день начинают скрипеть снова, значит, масло выливается. Смешайте густую смазку с графитом (растолченным грифелем простого карандаша) и смажьте петли этой смазкой.

По-другому использовать графит предлагает **Валерий СТРЕЛЬЦОВ** из Перми. По его мнению, надо приподнять дверь, не снимая ее до конца с петель, и между верхней и нижней половинками петель вставить кусочки грифеля. Когда дверь сядет на место, грифель растолчется в порошок и всыплется в нижнюю часть петель. Такой способ хорош тем, что на полу не появятся следы смазки.

Оконные рамы начинают скрипеть оттого, что отсыревают, их перекашивает, и как ни полируй, все равно теребить и "звучать" будут. Если есть такая возможность, хорошенько подгоните, сняв с петель, рамы, тщательно ошкурьте их, и пропитайте каким-нибудь водоотталкивающим составом. А осенью, в дожди, кладите между рамами ме-

И так пока они никогда не будут ходить и, следовательно, скрипеть. А если такой возможности нет - ведь половой брус нынче недешев, снимите половицы, но не все сразу, а по три-пять штук, выровняйте рубанком торцы и с помощью клиньев прижмите к стене. Потом прибейте и занимайтесь следующими досками.

Томска утверждает, что можно обойтись и без переборки полов.

Возьмите шуруп потолще, найдите место, где доска прогибается, и в щель между половицами вкрутите шуруп. Нарезка не дает половице ходить, прочно удерживая доски рядом. Они не трутся друг о друга и не скрипят. Хотя, конечно, шурупы в полу будут заметны. Поэтому, возможно, второй способ более предпочтителен. Он хоть и сложнее, зато эстетичнее.

Между половицами, там, где они прогибаются и поют, нужно просверлить отверстие под углом 45 градусов (диаметр не меньше 5 мм), потом в это отверстие вбивается бобышка из твердой древесины. Выступающую часть следует снять стамеской, потом заполировать место ремонта шкуркой.

Хотя, конечно, устранить прогиб половиц можно и другим путем, "нарастив" основу и при этом не снимая половиц. Такой совет прислал **Максим ОСИПЕНКО** из Калуги. Правда, эта методика годится только для полов, которые лежат на сплошном основании, а не на лагах.

Походите, попрыгайте по полу, найдите место, где он прогибается, и вверните справа или слева от прогиба два шурупа. Пройдите доску шурупами насквозь, и продолжайте

прикосновение отвечает противным скрипом, прежде всего пройдитесь по всем стыкам, советует **Александр МАЛЫШЕВ** из Оренбурга. Таким образом вы выясните откуда "идет скрип" и затяните крепеж. Если же мебель и после этого продолжает скрипеть, разберите ее и во все "суставы" подложите прокладки из фетра. Скрип прекратится. А можно использовать вместо фетра прокладки из толстого полиэтилена.

Для того чтобы "победить" поющую тахту, по мнению **Игоря ПЕТРУСЕНКО** из Брянска, нужно по всему периметру "ложа" (обычно его делают из фанеры), на которое кладут подушки или матрас, проложить бельевой хлопчатобумажный шнур, тщательно загнав его во все щели.

Если шатается и скрипит сборный обеденный стол, проблема решается очень просто. Скрип происходит из-за того, что барашковые гайки, которыми крепятся ножки, несмотря на шайбы, ослабевают. Избежать этого можно, проложив между барашком и шайбой гровер. Эта пружинная прокладка надежно удержит гайку от разбалтывания.

А ТЕПЕРЬ НОВЫЕ ВОПРОСЫ, ПРИСЛАННЫЕ В КЛУБ ВЗАИМОПОМОЩИ НАШИМИ ЧИТАТЕЛЯМИ

У меня очень сладко зубы, часто кровоточат. Есть ли какие-нибудь народные

В ХОЛОДИЛЬНИКЕ ПОРЯДОК

У хорошей хозяйки порядок во всем. Ну а если кучки укропа в холодильнике-шкафу лежат прямо

...ПОРЯДОК

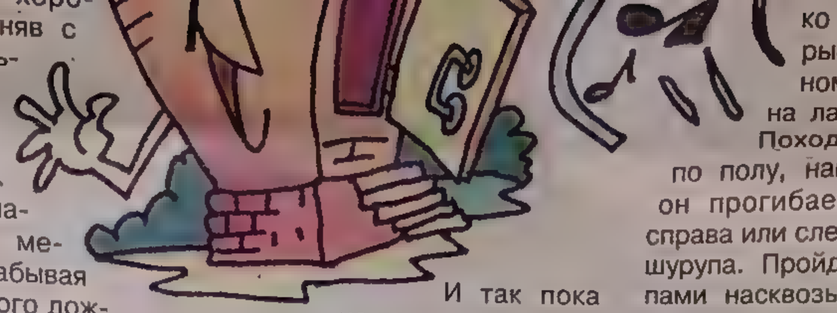
У хорошей хозяйки порядок во всем. Ну а если пучки укропа в холодильном шкафу лежат прямо на ломтях сала, а сыр слепился с колбасой, это говорит о том, что в доме не умеют ни готовить, ни подать, ни хранить продукты. У вас, конечно, все не так, но некоторые старые добрые советы вам, как разумной хозяйке, не помешают.

Если есть возможность не класть в холодильник остро пахнущие продукты, то лучше этого не делать. По крайней мере, сыр, селедку, копчености лучше держать подальше от масла, молока, сметаны. Молоко, сливки, супы хранят в плотно закрытых эмалированных кастрюлях или стеклянных банках; овощи - в специальном отсеке под нижней полкой. Желая подольше сохранить зелень свежей, можно, подрезав корешки, смочить ее водой, завернуть в бумагу и положить в раскрытый полиэтиленовый пакет.

Чтобы отварное мясо не засохло до обеда, его следует прикрыть фольгой или пергаментной бумагой, но не заворачивать плотно, поскольку без притока свежего воздуха продукты быстро портятся.

Сырое мясо удобно хранить в морозильной камере обернутым в полиэтиленовую пленку, но не настолько, чтобы продукт "задохнулся".

Виктория ТИМОШЕНКО,
заслуженный учитель России, преподаватель профессионального лицея № 75.
г. Краснодар.



И так пока не прижмете все половицы. У стенки наверняка останется щель, в которую надо вложить подогнанную по ширине доску. А главное - проверьте, плотно ли лежат все половицы на лагах или основе. Если где-то между половой доской и основой есть хоть малейший зазор, подложите прокладку из тонкой дощечки или фанерки.

А вот **Артем РЯБУШЕВ** из Походите, попрыгайте по полу, найдите место, где он прогибается, и вверните справа или слева от прогиба два шурупа. Пройдите доску шурупами насквозь, и продолжайте их вкручивать. Они начнут упираться в основу, и доска приподнимется. Просверлите ее между шурупами, и залейте в отверстие цемент. Он растечется тонким слоем, а когда застынет, надежно удержит доску от прогиба. Отверстия от шурупов зашпаклюйте шпаклевкой для дерева или эпоксидной смолой, смешанной с опилками.

Если мебель на каждое ваше ко для полов, которые лежат на сплошном основании, а не на лагах.

Отмыть кафельную плитку, особенно возле плиты, лучше всего питьевой содой - безо всяких усилий, быстро, легко. И вам обеспечен сияющий кафель!

Зеркала и оконные стекла хорошо очищаются, если мыть их соленой водой. Зеркала протирайте тряпочкой, смоченной в уксусе или жидкости для мытья стекол, можно мыльным раствором. Блеск наводят чистой сухой тряпкой.

В воду для мытья линолеума нельзя добавлять соду или другие щелочные добавки. От них на полу появляются белесые пятна.

Если с линолеума не удалить пролитый жир, на нем останутся несмываемые темные следы. Для удаления жира можно использовать кашицу из стирального порошка типа "Новость" и горячей воды.

Образовавшиеся на обоях пятна можно оттереть ластиком или мякишем белого хлеба.

Алюминиевые кастрюли вновь заблестят, если прокипятить в них картофельные очистки с яблочной кожурой. Хорошо добавить кожуру ревеня или раствор уксуса. В потемневших эмалированных кастрюлях следует покипятить любой раствор для мытья посуды, а затем хорошенько промыть горячей водой.

Стеклянная посуда отлично отмывается, если в воду положить кусочки мелко нарезанного сырого картофеля. Бутылку с этими кусочками надо встряхивать посильнее, а потом ополоснуть чистой водой. Банки и бутылки, вымытые таким способом, ошпарьте кипятком, тогда они быстро высохнут, будут прозрачными и блестящими, как хрусталь. Такой же "хрустальный эффект" дает и мытье стеклянной посуды древесной золой или горчичным порошком.

Легче отмыть бутылку изпод растительного масла, если всыпать в нее несколько чайных ложек кофейной гущи или горчицы, залить небольшим количеством теплой воды и, встряхивая, вымыть.

Белый налет со стекла и хрусталя легко отмывается с помощью столового уксуса.

Для удаления образовавшейся от щелочи черноты рекомендуется тщательно протирать кастрюлю изнутри куском ваты, смоченной уксусом, после чего промыть горячей водой.

Посуду из серебра лучше всего чистить лимонным соком, после чего прополоскать теплой водой. Золотые изделия никогда не чистите спиртом и водкой. Погрузите их в мыльную воду в сосуд с крышкой, затем несколько раз взболтайте. После этого обильно прополощите и высушите чистым полотенцем. Чтобы придать им блеск, протрите хлебным мякишем.

Подсвечники с застывшим на них воском поместите в морозилку примерно на час - воск легко отпадет. Затем сполосните и вытрите насухо.

Обычная свечка, если натереть ею ножки стульев, столов, диванов, предохранит пол от появления царапин.

Любую посуду, в которой находилась рыба, лучше мыть холодной водой, протирая солью, - рыбный запах сразу же исчезнет.

После чистки овощей и картофеля на пальцах обычно остаются пятна. Их легко удалить, если потереть черенком ревеня до образования пены, затем помыть руки с мылом.

Анатолий САФОНОВ.

С детства мы помним стихи Корнея Чуковского о том, как от неряшливой хозяйки... сбежала посуда. Чтобы этого не произошло и на кухне был всегда порядок, прислушайтесь к советам.

ЧТОБ ВСЕ БЛЕСТЕЛО

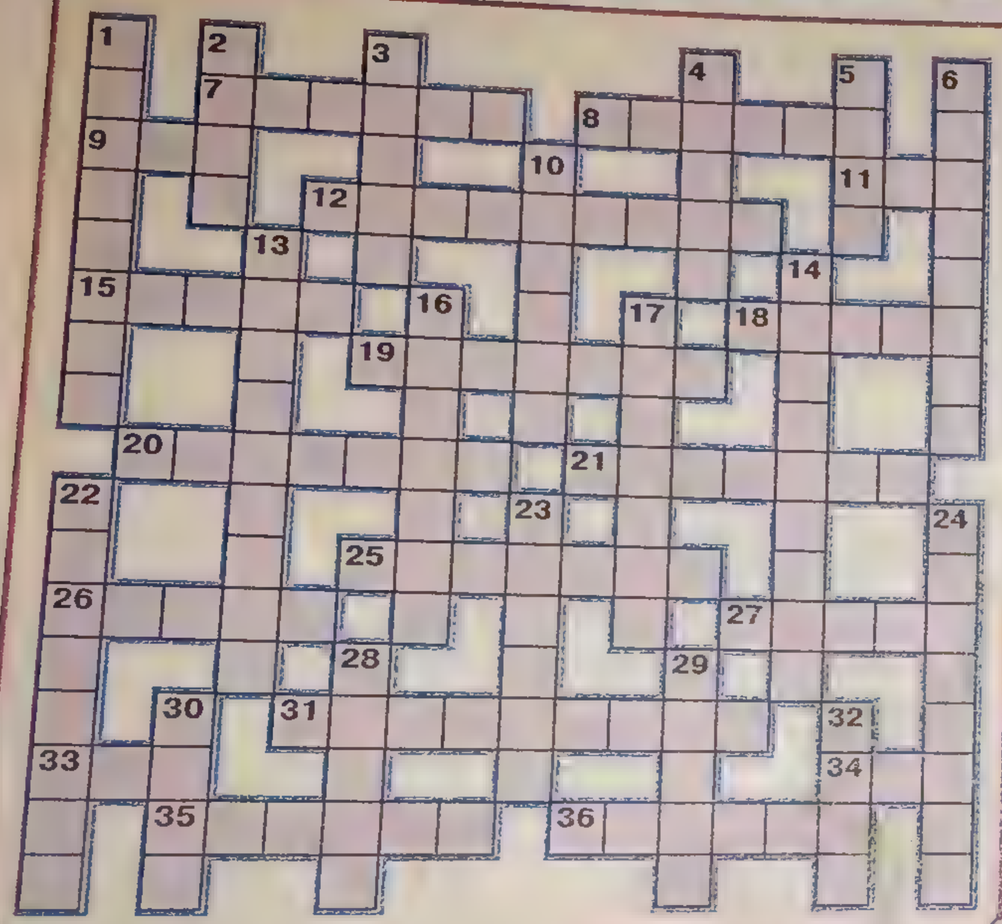
У меня очень слабые десны, часто кровоточат. Есть ли какие-нибудь народные средства, с помощью которых их можно укрепить?

Валентина ДУДАРЕВА.
Владивосток.

Как нужно правильно солить арбузы?

Светлана ПУГАЧ.
Магнитогорск
Челябинской области.

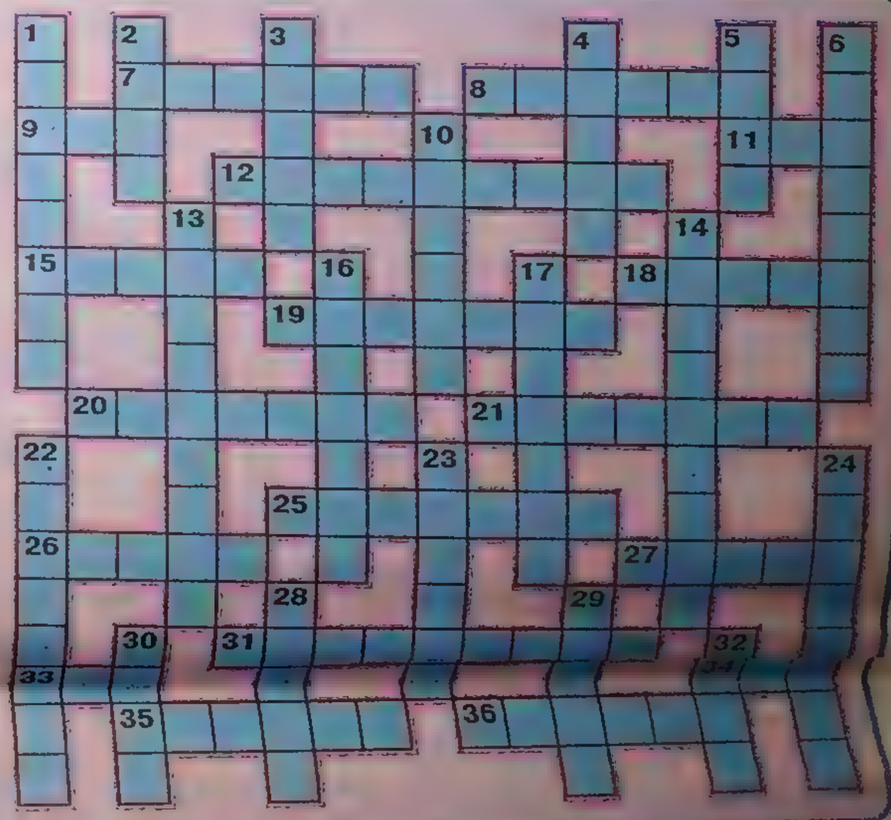
СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ



ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. 7. Подельщик кариатиды. **8.** Мясной отвар. **9.** Цветок, очерняющий баранки. **11.** Водочка с пивком. **12.** Газетный "утконос". **15.** Прекрасная жена Менелая. **18.** Брюки-"мини". **19.** Место в квартире, где большинство устраиваемых сцен - постельные. **20.** Беготня с полным ртом забот. **21.** Приложение, вставленное в книгу. **25.** Злыдень за ширмой добродетели. **26.** Вишневый оттенок для француза. **27.** "Анфас" телевизионной трубки. **31.** Магазин широкого профиля. **33.** Бублик с точки зрения геометрии. **34.** То, чем пишут на доске и рисуют на асфальте. **35.** Антилопа - символ стройной, грациозной девушки. **36.** "Солнцем души" называл ее Александр Дюма.

По вертикали. 1. Сорокаградусная повязка. **2.** Упрямая реалия. **3.** На ступеньку ниже директора школы. **4.** Кофе с мороженым. **5.** Груз, квасящий капусту. **6.** Бытовое название хлористого аммония. **10.** Растение для зеленых щей. **13.** Созвездие с туманностью. **14.** Дансинг в избе под балалайку. **16.** Сопровождающий светило. **17.** Вежливое приседание барышни. **22.** Балет в письменном виде. **23.** Вокальный ансамбль из трех исполнителей. **24.** Излюбленный мех американских миллионеров. **28.** Хранитель с крылышками. **29.** Цена восточной невесты. **30.** Дерево с сизыми ягодами. **32.** Рак, предпочитающий море.



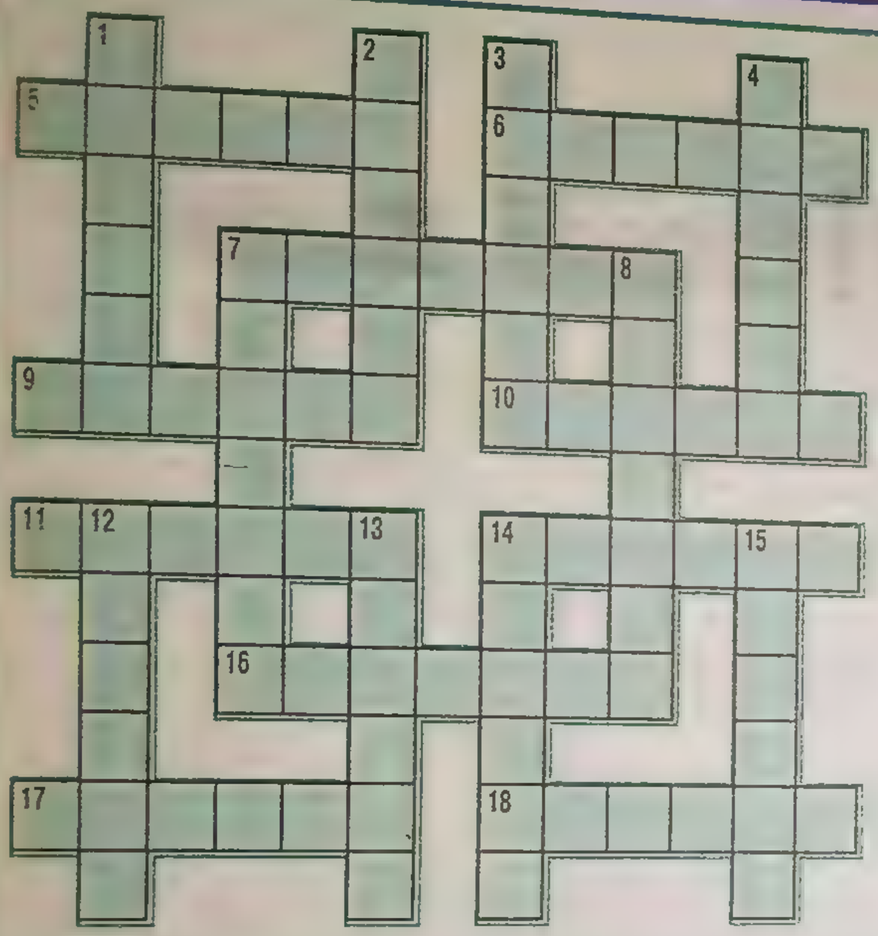
ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 7. Столкновение на дороге. **8.** Коврик, политый потом дзюдоистов. **9.** Последняя латинская буква. **11.** Герой Всемирного потопа. **12.** Дачный ухажер за овощами. **15.** Часть Парижа в заглавии романа Эмиля Золя. **18.** Семья львов. **19.** Жертва Евгения Онегина. **20.** Оркестрант без инструмента. **21.** Звезда на научном горизонте. **25.** [illegible] "цветопредставление". **26.** Сундук [illegible] с [illegible] смертью. **27.** Спутница "Авося" в [illegible]. **31.** Движимое и недвижимое. **33.** Часть головы, которую в горячке собственноручно оттяпал себе великий Ван Гог. **34.** У машин - бензин, у самолетов - керосин. А у людей? **35.** "Девять граммов в ..., постой - не зови...". **36.** Беззаботное существование.

По вертикали. 1. Насекомое с ушами на ногах. **2.** Баталия среди ревущих трибун. **3.** Самогонка в юном возрасте. **4.** Финальная стадия стирки. **5.** Трос из высококачественной пеньки. **6.** Самый известный из норвежских Туров. **10.** Разрешение посещать "оборонку". **13.** Лидер преступного мира. **14.** Глава Гондураса. **16.** Упаковка для младенца. **17.** Кайф в позе лотоса. **22.** Нагрузка к отдыху в парке. **23.** Праздник "обнуленной" даты. **24.** Отрывистая игра музыканта. **28.** Благородный образ политика. **29.** Норма допускаемого. **30.** Разгрузочная процедура после Масленицы. **32.** Испанский футбольный клуб, за который играл Хулио Иглесиас.

...кощеевой смертью. **27**. Спутница "Авося" в ...нкоме. **31**. Движимое и недвижимое. **33**. ...ть головы, которую в горячке собственно-

...**24**. Отрывистая игра музыканта. **28**. Благородный образ политика. **29**. Норма допускаемого. **30**. Разгрузочная процедура после Масленицы. **32**. Испанский футбольный клуб, за который играл Хулио Иглесиас.



ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. **5**. Доставание пальцами рук пальцев ног. **6**. Собака, способная все вынюхать. **7**. Ученическая тетрадь для записи заданных уроков. **9**. Вещество, краснеющее и синеющее на уроках химии. **10**. Палка-погонялка для шайбы. **11**. Его не доверишь болтушке. **14**. "Не ест и не косит, а есть просит" (загадка). **16**. Окоп для водопровода. **17**. Бытовой сберегатель тепла. **18**. Дом для королей.

По вертикали. **1**. Гигантская "песочница" в Африке. **2**. Начало почтового адреса. **3**. Отдых с трапезой на траве. **4**. Прыжок цен в высоту. **7**. Подъемник для замены колеса. **8**. Толстуха из мультсериала "Утиные истории". **12**. Страна, где много-много пирамид и засушенных фараонов. **13**. Маршрут лыжных гонок. **14**. Мама жеребенка. **15**. Тематическая часть учебника.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)915-44-51
КРАСНОДАР И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
(8612)35-05-02

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 29

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **1. Шиповник. 4. Таксофон. 8. Кофе. 10. Зима. 12. Одуванчик. 15. Тяпка. 18. Водка. 19. Макраме. 20. Нейлон. 21. Птенец. 25. Богарне. 26. Билет. 27. Ткань. 30. Плисецкая. 31. Репа. 33. Фойе. 35. Серенада. 36. Скалярия.**

По вертикали. **2. Пуф. 3. Нарды. 5. Кулич. 6. Фри. 7. Гравюра. 9. Одеяло. 11. Маркер. 13. Экстерьер. 14. Косметика. 16. Паводок. 17. Сметана. 22. Обилие. 23. Рандеву. 24. Минтай. 28. Слава. 29. Лапша. 32. Пар. 34. Одр.**

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **1. Холостяк. 4. Постовой. 8. Наст. 10. Ядро. 12. Скульптор. 15. Мерин. 18. Лошак. 19. Франция. 20. Тюрьма. 21. Мишень. 25. Стамбул. 26. Ершик. 27. Сосна. 30. Энтузиазм. 31. Вето. 33. Ясли. 35. Коровьев. 36. Затейник.**

По вертикали. **2. Лес. 3. Турка. 5. Строй. 6. Вуд. 7. Альфонс. 9. Апрель. 11. Реванш. 13. Биндюжник. 14. Ломоносов. 16. Грамота. 17. Минимум. 22. Буриме. 23. Амнезия. 24. Консул. 28. Князь. 29. Азарт. 32. Тор. 34. Сон.**

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. **1. Русалка. 3. Защелка. 7. Статуэтка. 10. Игра. 13. Пион. 14. Запятая. 15. Ценник. 16. Табель. 20. Наживка. 21. Снег. 22. Титр. 25. Опасность. 26. Галстук. 27. Билетер.**

По вертикали. **1. Ресница. 2. Лето. 4. Щука. 5. Антенна. 6. Футляр. 8. Пропеллер. 9. Кибальчиш. 11. Рафинад. 12. Палатка. 17. Восторг. 18. Тихоня. 19. Дуремар. 23. Опыт. 24. Стол.**

Рисунок Игоря КИЙКО.

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ирины БУРСКОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Николая КАРДАКОВА, Владимира СУПРУНЕНКО, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком (К), печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51.
Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 181200 экз. Заказ №30
Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 30.07.2003 г. в 19.00.
Подписано в печать 30.07.2003 г. в 17.00.

ДРУГ ДОМА

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

№34/290
2003
Сентябрь
Выходит четыре раза в месяц

Актрису Театра сатиры Валентину ШАРЫКИНУ знают многие и по спектаклям, и по фильмам. А еще запомнилась ее пани Зося в знаменитом телевизионном "Кабачке "13 стульев". Красивая полячка с очаровательной улыбкой стала для нескольких поколений мужчин предметом мечтаний, и почтовый ящик актрисы буквально раздувался от писем влюбленных поклонников. Но все эти бесконечные признания только смешили Валентину: у нее шла своя, закрытая от публики, личная жизнь, в которой было много интересных и довольно сложных страниц. Об одной из них я узнала совершенно случайно, встретив однажды актрису с несколькими собаками, которых она выгуливала около своего дома.

ЛОХМАТЫЕ МАЛЬЧИШКИ

- Сколько же у вас четвероногих?

- У нас шесть собачек. Одну мне еще щеночком подарили на день рождения де[illegible] лет назад, [illegible]угих мы буквально спасли от гибели: [illegible]го избили на улице [illegible] на живодерню, кто-то привязался к нам и [illegible], замерзший и голодный, - у

случай войны. Они, конечно, были уже не первой свежести, и человек этого бы есть не смог. А собаки лопают с превеликим удовольствием.

К тому же все друзья, зная о моих четвероногих, собирают для них остатки еды, складывают в морозилку и, когда накопят достаточное количество, привозят мне. В театре многие делают то же самое для

КЛАССИКА ПО-НОВОМУ

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **600 рублей** каждому.

По итогам конкурсов в "Друге дома" № 33 приз получает **Валентина Наумовна ИСАКОВА** из Оренбурга, предложившая разнообразить классические блюда начинками и подливками из орехов. Приз получает и **Светлана Сергеевна ИВАНОВА** из г. Магнитогорск Челябинской области, посоветовавшая в нашем Клубе взаимопомощи, как лучше приготовить баклажаны.

Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

ЗАПОЛНИШЬ АНКЕТУ - ПОЛУЧИШЬ ПРИЗ!

Елена ЗАЗВОНОВА

Галина ОРЛОВА

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3600 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты

ПАНИ ЗОСИ

или везли на живодерню, кто-то привязался к нам и шел от метро, замерзший и голодный, - у каждого своя история. А так как детей мне Бог не послал, то этих звереныш я и считаю своими детьми.

- Валентина Дмитриевна, чем вы кормите своих собак?

- У нас взрослые собаки: кому восемь, кому девять лет, самый молодой Гаврюшка - ему семь. Поэтому мы даем им еду один раз в день - в четыре-пять часов пополудни. И эта кормежка называется полной. Там обязательно присутствует каша, которая варится на бульоне, для чего покупаю куриные лапки. Самые дешевые, конечно. Остригаю перед варкой когти и варю. Из лапок получается хорошее желе, что очень важно для крепости костей наших собачек. В кашу мельчу вареные подушечки лапок, предварительно убрав опасные для собак трубчатые кости. Зимой варю бульон на три дня и выставляю на балкон. А летом - на два дня

Крупы сегодня тоже очень дорогие, но мне повезло: один знакомый молодой человек отдал мне килограммов сто разных круп (гречку, рис, пшено), которые копила его бабушка на о моих четвероногих, собирают для них остатки еды, складывают в морозилку и, когда накопят достаточное количество, привозят мне. В театре многие делают то же самое для всех наших собачников (их у нас много). Оставляют в морозилке в реквизиторском цехе, и мы по очереди все это забираем.

- Случаются ли у ваших собак какие-нибудь болезни? Чем вы их тогда лечите?

- У меня Кузьма очень долго отитом болел. Ушко его мучило, застарелое какое-то заболевание. Он простужен был сильно. Мы его подобрали в холода, и он очень промерз: мочевой пузырь застудил, ушки, лапка болела. Сейчас у него все в порядке. А помогло замечательное лекарство - баксоцид, которое специально стали выпускать ветеринары.

А бывает, во дворах по весне отраву разбрасывают. И мои мальчишки, как их ни кормишь дома, обязательно схватят что-то на улице. И вот когда случается у них это уличное отравление, то я моментально завариваю ромашку, бессмертник (чтобы печень не села) и какое-нибудь слабительное типа крушины. Конечно, они это пить сами никогда не будут. Но у меня есть маленькая детская клизмочка, которую я вталкиваю им в пасть. Даже если они зубы сжимают, я держу их за нос, и им приходится это лекарство проглатывать.

Беседу вела
Наталья САВВАТЕЕВА.

ВОЛШЕБНАЯ НИТОЧКА

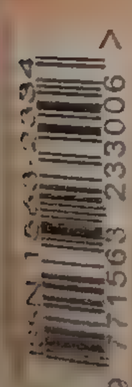
Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "Волшебная ниточка".

В этом выпуске вы найдете оригинальную и несложную модель вязаного жилета для мальчика, панно, выполненные в технике лоскутного шитья, а также много других интересных вещей, которые можно сделать своими руками.

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции. Со второго полугодия 2003 года вы можете оформить подписку на сборник "Волшебная ниточка".

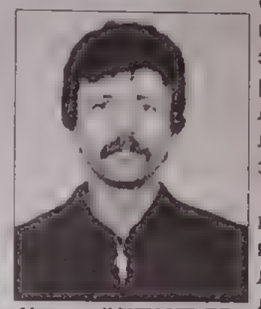
Наш подписной индекс - 15931 в Объединенном каталоге "Пресса России", т. I, стр. 97.



Елена ЗАЗВОНОВА

Галина ОРЛОВА

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3600 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **300 рублей**.



Николай ИГНАТЬЕВ

Маша РЯБУХИНА

Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном случае - до 29 сентября 2003 года**. Дату будем определять по почтовому штемпелю. Если есть желание, присылайте свои фотографии.

Олег ПЕТРОПАВЛОВ

Геннадий КОКОРИН

По итогам розыгрыша анкет из **"Друга дома" № 36 за прошлый год** в счастливую дюжину попали **Тамара Александровна БОГДАНОВА** из пос. Головтеево Калужской области, **Елена Владимировна ЗАЗВОНОВА** из г. Новоуральск Свердловской области, **Мария Ивановна ЗОЛОТАРЕВА** из г. Геленджик Краснодарского края, **Николай Иванович ИГНАТЬЕВ** из г. Зима Иркутской области, **Наталья Андреевна КИСОВА** из Улан-Удэ, **Геннадий Александрович КОКОРИН** из с. Кукарка Омской области, **Ирина Петровна КОХТАЧЕВА** из г. Домодедово Московской области, **Алексей Юрьевич МОРДОВИН** из д. Жирятино Ивановской области, **Галина Владимировна ОРЛОВА** из пос. Пильна Нижегородской области, **Олег Сергеевич ПЕТРОПАВЛОВ** из г. Прокопьевск Кемеровской области, **Мария Сергеевна РЯБУХИНА** из Комсомольска-на-Амуре и **Ирина Николаевна УШАКОВА** из г. Заполярный Мурманской области.

Поздравляем победителей!

"Друг дома" № 34

Фамилия, имя, отчество _____

_____

Домашний адрес _____

_____

Хочу спросить у "Друга дома" о... _____

_____

_____

"Друг дома" выписываю; покупаю 4 раза в месяц; 3 раза в месяц; 2 раза в месяц; 1 раз в месяц; крайне редко; этот номер первый

(нужное подчеркнуть).

Чтобы принять участие в розыгрыше призов, ответы необходимо отправить до 29.09.2003 г.

В КРУГУ СЕМЬИ

ВАЖНО КАЖДОЕ МГНОВЕНИЕ

От леденящих кровь рассказов о маньяках и сексуальных извращенцах в газетах и на телеэкранах уже все порядком подустали. А у родителей прибавилась еще и тревога за своих подрастающих чад: как предупредить подобные отклонения, уберечь от пороков, взращенных на сексуальной почве? Вот что рекомендует родителям, озабоченным тем, чтобы их дети благополучно, без отклонений, достигли совершеннолетия, известный минский сексолог, член Белорусской психиатрической ассоциации Юрий ОСТЯНКО.

- Многое из того, что вам кажется ужасным в поведении ваших малышей, на самом деле естественно. Ваш ребенок любит разгуливать по квартире голышом и показывать свои гениталии? Если это у него происходит до шести лет, то вполне естественно.

"Показательный" период обязателен, и начинается он с восьми месяцев жизни младенца, затем возобновляется в четырех-пятилетнем возрасте. С полутора лет у ребенка начинается и период подглядывания за родителями. И это тоже важный этап формирования будущей собственной сексуальности. Если ребенок недополучит все это до 12 лет, могут возникнуть проблемы. Как правило, это болезненные нарушения направленности полового влечения и способов его реализации: фетишизм (влечение к неодушевленным предметам), визионизм (подглядывание), эксгибиционизм (демонстрация половых органов) и т.д. Не забудьте также, что с 3 лет и до 12 у детей идет этап формирования "ролей", когда они учатся быть "мамами" и "папами". Поэтому этот период очень важен, ведь дети слепо копируют своих родителей и учатся быть взрослыми. Какими мы, взрослые, будем в этот период для своих сыновей и дочерей, такими отцами и матерями станут впоследствии и они. Вот поэтому матери в большинстве случаев одной и не под силу воспитать из мальчишки настоящего мужчину. Если все же ваш сын остался без отца, предоставьте ему "образец" мужчины. Пусть это будет дедушка, дядя или учитель, спортивный тренер, просто сосед. С ними ваш мальчик сможет что-то мастерить, общаться. Пример типичного мужчины всегда должен быть перед глазами, как и образец типичной женщины - ласковой, заботливой, хорошей хозяйки.

Конечно, немаловажную роль в воспитании должна играть школа. К сожалению, здесь часто культивируется извращенный образ типичного хорошего мальчика (тихоня, не драчун, всегда первым на уроках тянет руку вверх) или девочки (отличница, активистка). В результате возникают ролевые нарушения...

Но не они все же главное условие для возникновения отклонений в психосексуальном развитии. Многое здесь зависит от наследственности, предрасположенности к тем или иным заболеваниям и отклонениям - так называемым органическим нарушениям в психосексуальном развитии. Появлению последних, в частности, способствуют тяжелые роды, ранний отрыв ребенка от кормления материнским молоком.

Посвящайте своему общению с детьми как можно больше времени. Теперь, слава Богу, изжила себя недавняя практика в роддомах, когда детей после родов забирали от матери и содержали отдельно в первые несколько дней. Лично я считаю большой ошибкой и повальную ориентировку на ясли. Конечно, их воспитанники легко приживаются в любом коллективе, коммуникабельны. Но, увы, и способны легко бросить любимого человека, не дорожат семейными отношениями, меняют сексуальных партнеров как перчатки.

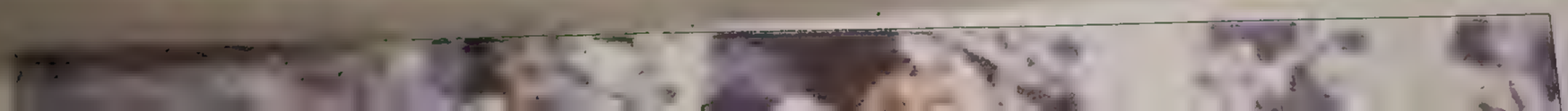
Уже в утробном состоянии плод реагирует на настроение родителей, особенно матери, слышит шум. Думайте о будущем своего ребенка тогда, когда он еще не родился. И конечно, внимательно наблюдайте каждый момент его развития - он может стать решающим в его судьбе.

Записала
Татьяна НИКОЛАЕВА.
Минск.

РОЖДЕННЫЙ В ВОДУ... ЛЕТАТЬ НЕ МОЖЕТ

Моя знакомая родила летом мальчика в море. В одном из краснодарских роддомов в группе с такими же будущими матерями ее специально для этого готовили какие-то врачи-специалисты. Хорошо это или плохо? Сейчас ее мальчику два года, он развит физически, дома у них целый спортивный зал с лесенками-стенками, канатами, кольцами.

С уважением Наталья Т.
Краснодар.



атмосферу комнаты. Такое появление на свет дей-

воду несколько замедляется, и дети выравниваются со сверстниками, рожденными

ЛЕТАТЬ НЕ МОЖЕТ

С уважением Наталья Г.
Краснодар.

Это нововведение - рождение в воде - появилось чуть больше 20 лет назад и до того сделалось популярным, что есть уже целые роддома, где его активно используют. Поскольку море не везде есть, женщины в таких экспериментаторских роддомах чаще всего рожают в теплой ванне. Когда дитя из жидкой среды попадает в такую же, у него не возникает стресса. При обычных родах стресс младенцем переживается серьезный. Из жидкости ребенок попадает в сухость, в другую среду. Из температуры 37 градусов - в более холодную атмосферу комнаты. Такое появление на свет действительно ново. Раньше подобного не знали.

Сторонники нововведения оценивают его положительно. Ведь и женщине оно дает существенное облегчение. Одно дело, когда она ощущает тяжесть собственного тела, давление всех мышц, и совсем другое, когда многие мышцы расслаблены от пребывания в воде.

Существуют две точки зрения на то, как отражаются такие роды на ребенке. Первая доказывает (вероятно, не без причины), что дети, рожденные в воде, интенсивно развиваются в своих способностях. Они опережают обычных детей. Иногда эти малыши начинают говорить на полгода раньше других. Намного раньше появляется и сознательный взгляд, наблюдается очень подвижный ум, раннее развитие музыкальных, художественных способностей. Это как будто неплохо.

Вторая точка зрения, тоже, вероятно, основанная на непосредственных наблюдениях, отмечает в детях, рожденных в воду, опережающее развитие физических способностей и замедление интеллекта.

Впрочем, после 12 лет опережающее развитие и у "интеллектуалов", и у рожденных в воду несколько замедляется, и дети выравниваются со сверстниками, рожденными традиционно.

Роды в воде можно считать вариантом облегченных родов. Одно время французы проводили эксперимент и во всех роддомах ввели в практику обезболивающие уколы. Результат этого широкого эксперимента оказался довольно плачевным. В роддомах резко увеличилось число женщин, отказывающихся от своих младенцев. Не все матери, конечно, оставляли детей. Но матери, не пережившие родовых мук, как-то бесчувственно относились к своим детям, не проявляли особой заботы. Тогда пришли к выводу, что при нормальных, естественно текущих родах, когда женщина страдает, в ней происходит пробуждение материнского инстинкта, материнской любви, вложенной в нее природой. Безболезненные роды, по-видимому, не предполагают участия в родном ребенке.

Роды, момент перехода в новую среду вызывают резкую перемену внутренних переживаний младенца. Как считают психологи, сразу после того как оставляется материнское лоно, рвется пуповина, младенец впервые начинает воспринимать свое душевное и телесное "я". Сам момент прорыва в новые переживания остается в подсознании человека на всю жизнь. Когда ребенок "мягко" рождается в водную среду, такого стресса с ним не происходит. Прорыва "в иные сферы бытия" он не делает.

Мила ШИМАНСКАЯ,
врач.

Практически каждый из нас проходил через разлуку с любимым человеком, и каждый из нас знает, насколько это больно и трудно. И иногда бывает очень сложно понять: как же так, ведь была такая любовь, почему же она исчезла?

ВОТ И РАССТАЛИСЬ...

На самом деле, угасание любви, именно любви, которая вспыхивает в начале отношений, - бурной, захватывающей, - это вполне естественный процесс. Ведь, сами подумайте, не может нормальный человек долгое время находиться в очень возбужденном состоянии. Это примерно то же самое, постоянно жить с температурой 38

...а мы встречались с Женей, все ... - рассказывает Ольга. - Но вот прошел где-то месяц нашей любви, и мы решили снять квартиру, чтобы пожить какое-то время вдвоем. Наши разногласия начались буквально с первых дней совместной жизни. Да, мы любили друг друга, но, как выяснилось, у нас были совершенно разные вкусы. Я любила читать дамские романы, а Женя исключительно книги по философии и истории.

Также у нас стали возникать разногласия и по поводу гостей. Я хотела пригласить в гости одних, Женя - других. Радовалась, когда ко мне приезжали родители или сестра, а он тут же находил неотложные дела и срывался из дома... Уж не говорю о том, что у нас оказались разные вкусы в еде, к тому же он по ночам слегка похрапывал, а я не могла из-за этого уснуть. В общем, наша совместная жизнь, несмотря на любовь, все больше и больше становилась невозможной. Скорее всего, мы расстанемся, то есть все пока идет к этому.

- Я влюбился в Наташу с первого взгляда, - рассказывает Иван. - Это была женщина моей мечты: умная, ироничная, вся такая загадочная. Я очень долго добивался Наташи, ведь вокруг нее постоянно крутились какие-то мужчины, она нравилась многим. Сколько сил приложил, чтобы она стала со мной встречаться и в итоге влюбилась в меня! Какая у нас началась любовь - это просто фантастика! Я буквально обожал ее; надышаться на нее не мог; мы были вместе фактически 24 часа в сутки. Все было бы хорошо, но выяснилось, что у нас совершенно разные темпераменты. Но какое отношение это имеет к любви? Как оказалось, имеет. Наташа - любитель тишины и покоя. Она вообще вся такая медлительная и спокойная. А я - любитель шумных компаний, обожаю всякие перемены в жизни, мне нужны острые ощущения. Естественно, что наши разные темпераменты отражаются и на сексе, и это, пожалуй, самое главное. Не получается никакой гармонии, как бы мы ни пытались друг к другу подстроиться, природа все же берет свое. А темперамент - это именно природа! В итоге и у меня, и у нее стало накапливаться раздражение, недовольство друг другом. Естественно, что, как это ни печально, любовь пошла на убыль.

А иногда история любви мужчины и женщины заканчивается лишь потому, что кто-то из партнеров не оправдывает ожидание другого.

- Наша с Олегом история была такая, - рассказывает Вика. - Мы влюбились друг в друга буквально в одну секунду. Как только я увидела его, тут же вспыхнуло что-то внутри. У меня вдруг резко забилось сердце, меня кинуло в жар. Самое интересное, что у Олега было примерно то же самое! И такая пошла у нас любовь! Мы просто не могли друг без друга дышать буквально на физическом уровне! Все было бы здорово, но дело в том, что я была замужем. Спустя какое-то время я поняла, что больше не могу жить со своим мужем, и решила уйти к Олегу.

"Знаешь, - сказал он мне, - я буду просто счастлив! Но я живу с родителями в однокомнатной квартире. Подожди буквально месяц, у меня появятся деньги, я сниму квартиру, и мы будем жить долго и счастливо". Конечно, я стала надеяться, ждать и верить. Но прошел месяц, я уже решилась поговорить с мужем, сказала об этом Олегу. А он мне: дескать, подожди еще месяцок, вот-вот будут деньги... И главное, вижу, что человек действительно искренне любит меня, но при этом ничего не делает. В общем, прошло полгода, а все осталось по-старому. И я заметила, что мои чувства в связи с этим как-то пошли на убыль. Любовь - любовью, но когда любимый человек не оправдывает твоих ожиданий, постепенно перестаешь ему верить. А какая же любовь без веры!

Итак, вы по какой-то причине решили расстаться с любимым. Естественно, что первое время, как бы ни испортились ваши отношения, вам все равно будет тяжело. Вы будете вспоминать хорошие моменты вашей совместной жизни и во многом даже идеализировать бывшего партнера, вам будет здорово его не хватать. Так уж устроена человеческая психика. Некоторые стараются клин клином выбить. Но все-таки будьте готовы к тому, что с новыми претендентами вам будет сложно общаться, особенно первое время после разрыва.

Не волнуйтесь, если у вас наступила эта стадия, она вполне закономерна. Но пройдет время, и постепенно в вашей памяти сотрется и голос бывшего возлюбленного, и его слова, и милые привычки. И однажды вдруг заметите, что вон тот блондин, который вам искренне улыбается, очень даже ничего. И почувствуете, как затрепыхалось что-то в груди, там, слева, где находится сердце. Но только вспомните в этот момент причины, из-за которых закончилась ваша предыдущая история любви, и не повторяйте прошлых ошибок!

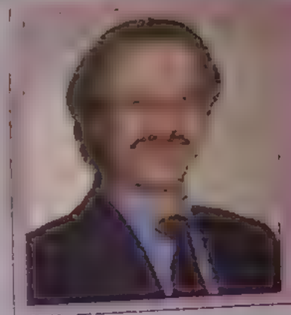
Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.

Когда мы встречались с Женей, все было чудесно, - рассказывает Ольга. - ...вкусы в еде, к тому же он по ночам слегка похрапывал, а я не могла из-за этого уснуть. В общем, наша совместная жизнь, несмотря на любовь, во, но дело в том, что я была замужем. Спустя какое-то время я поняла, что больше не могу жить со своим мужем, и решила уйти к Олегу.

...ви, и не повторяйте прошлых ошибок!

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.

Я ТОЛЬКО ВАС ВСЕГДА ЖДАЛА



Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

Две трети женщин, решаясь на новую любовную связь, отчетливо сознают, что понадобится какое-то время, чтобы притереться друг к другу. "Первый раз" для большинства из них протекает как некая примерка, пристрелка, работа по познаванию партнера и самой себя. Одни не могут возбудиться, у других ощущения слабее, чем были с предыдущим любовником, третьи вообще действуют как-то механически, оставаясь практически холодными, даже когда испытывают оргазм.

Но если для мужчины неудача при первом интимном свидании может быть сильнейшим поводом прервать отношения, то большинство женщин с пониманием относятся и к его затруднениям, и к собственным сложностям, нередко возникающим с новым партнером. Мужчине нужно быть очень неуклюжим, а женщине чрезмерно требовательной, чтобы первый раз стал и последним.

Обычные проблемы первого интима с новым любовником вполне в духе женщины: она привыкла к предыдущему другу, приноровилась к его запросам, а необходимость изменений ее пугает. Это же касается и женщин с богатым сексуальным опытом. Выработав некое среднестатистическое поведение в результате запросов многочисленных любовников, она старается отыскать в своем арсенале то, что подойдет данному мужчине, и тем делает свое поведение искусственно отстраненным.

Более того как правило, попытки женщины направить своего нового любовника в русло обоюдного понимания и наслаждения натыкаются на стену непонимания и подозрительности. Мужчина должен приноровиться к новому, а он сам в это время занят своими проблемами - ему еще чужих не хватало...

Поэтому могут остаться невыполненными самые заветные и возбуждающие сексуальные ритуалы женщины, без которых она чувствует себя обделенной. Эта странная женская логика: я знаю, что мне нужно, я получала это от другого мужчины, пожалуйста - дай мне это, хотя ты - не он.

Между тем первое правило нового романа должно быть таким: не несите в него ничего из старой связи. Невозможно забыть свое прошлое, но не надо сравнивать старого и нового любовника.

Конечно, поначалу мужчина может вас разочаровать. Он поспешен, неуклюж, не умеет или не хочет ласкать. Но вы-то знаете, что все это лишь от поспешности, страха: а вдруг не получится, вдруг женщина раздумает в последний момент или будет смеяться, вдруг у меня что-то не заладится, если будем тянуть... Но стоит дать ему шанс, объяснить, что вам приятно, а что неприемлемо, и он может стать великолепным любовником, возможно - лучше прежнего.

Ведь в отличие от мужчины у вас нет никаких физических признаков возбуждения, которые требуют постоянной подпитки и неусыпного внимания. Увлажнение бывает не всегда и не у всех, набухшие соски и покрасневшие грудь и плечи чаще встречаются в эротических фильмах, чем в жизни. Поэтому вы можете (и хотите) заниматься ласками на протяжении хоть всей ночи, не переходя к тому, что мужчина считает вершиной интимной встречи.

Вы знаете свое тело, вы представляете, где и как его надо ласкать, - учите этому мужчину. Только не надо в лоб: "У меня был Вовочка, он всегда ласкал здесь..." Мужчина будет оскорблен или напуган сравнением с неизвестным, но, вероятно, очень умелым соперником. Поэтому будьте гибкой: "У меня горит вот тут, приласкай, успокой и возбуди - я верю, ты лучший..."

Не забывайте, что вы - женщина, существо непростое, общение с которой для мужчины гораздо сложнее, чем сборка телевизора. Поэтому он может не сразу понимать ваши запросы, может путаться в действиях, быть скованным или неловким. Поймите, простите и продолжайте обучение - во вторую, третью и все последующие встречи.

Но кроме обучения партнера у женщин к неудаче первого свидания могут приводить и собственные внутренние проблемы. А что сказала бы мама? А не развратна ли я? А не проболтается ли мой милый своим друзьям, а те моему предыдущему парню? А как насчет инфекций? А насчет беременности? А?.. А?.. А?.. Внутренний диалог, который и в привычной половой жизни не позволяет женщине расслабиться и испытать оргазм, при первом свидании может достигать такого накала, что побороть его не в силах полк лучших любовников мира.

Оставьте в стороне всякие соображения. У вас был плохой любовник? Он в прошлом, теперь все будет великолепно. Была строгая мама? Она такой и осталась, но вы уже взрослая и самостоятельная. Бывший муж в пьяном гневе кричал "все бабы проститутки"? Это его пьяное мнение, а у вас чувства. Поймите, что интим - это близость, нечто, что связывает двоих, разрывающих связи со всей вселенной. Нет ни судей, ни соперниц, ни прошлого опыта, ни будущего - только вы вдвоем, чтобы отдаться друг другу, дать друг другу самое высокое наслаждение.

А чтобы мужчина был активнее, но нежнее, дайте ему легкий обязывающий аванс. Скажите нечто вроде: "Я всегда мечтала о мужчине, который заведет меня по-настоящему. Но так и не встретила его до этой минуты. И теперь мне кажется, что это ты..." Нежный голосок, мягкое придыхание, чуть слышный стыдливый шепот, и мужчина не испугается ответственности, а воспримет слова как руководство к действию - к счастливому действию!

Продолжение на странице 15

ДЕЛАЕМ НОГИ!

Что больше всего мешает нам дышать? Маленькая зарплата? Нет, тесная обувь! А нука пройдитесь пару километров на шпильках без задников. Да еще с вытянутыми в трубочку носками. Слабо? А вот в кроссовках марш-бросок с широко расправленными плечами по тротуарью-бездорожью, через сквер, через парк - совсем другое дело. И смотреть приятно, и дышать легко!

Но чтобы славно маршировать по широким просторам с рюкзачком или фотоаппаратом через плечо, нужны неслабые ноги. Значит, прежде всего - тренировочка. Небольшая, минут на 20-40, насколько хватит терпения и сил.

Фото 1

Фото 2

Фото 3

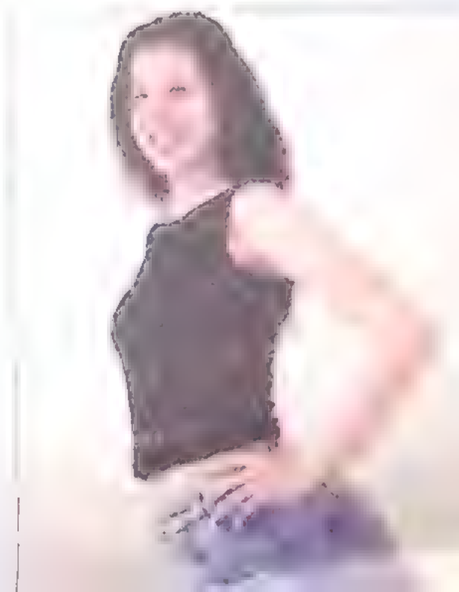


Фото 4

АиН

"АиН": ОБЕЩАНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Все хвори отступят от вас, если вы будете следовать советам народных врачевателей и видного апи- и фитотерапевта А.Ф. Синякова, изложенным в изданиях:

"СТО БЕД - 1000 И ОДИН СОВЕТ";
"ЧУДО-ЛЕКАРСТВО"
(ЛЕЧЕНИЕ ПЫЛЬЦОЙ).

Эти и другие брошюры серии "Здоровый дух в здоровом теле" вы можете приобрести по адресу:
119034, Москва, ул. Пречистенка, 10, стр. 1, офис 49. Издательство "АиН".

Телефон: 202-21-98. Факс: 202-42-21.

E-mail: ain@mkpcn.ru

К

1. Фото 1. Исходное положение - стоя. Ноги на ширине плеч, руки на бедрах. Мах ногой вперед **(фото 2)**, в сторону **(фото 3)**, назад **(фото 4)**. Колено не сгибать! В исходное положение после каждого маха не возвращаться. Нога только опускается к полу, но не на пол. После маха назад - мах

Фото 5

вперед и т.д. Минимум 10 усилий (повторов), сменить положение ног.

2. Фото 5. Из исходного положения (см. упражнение 1) сгибаем правую ногу и кладем лодыжку перед собой, на левое бедро выше колена. Приседаем как можно ниже. 10 раз меняем положение ног.

3. Из исходного положения приседаем, сгибая колени и не опуская таз ниже колен. Руки вытянуты ровно вперед. 10 раз **(фото 6).**

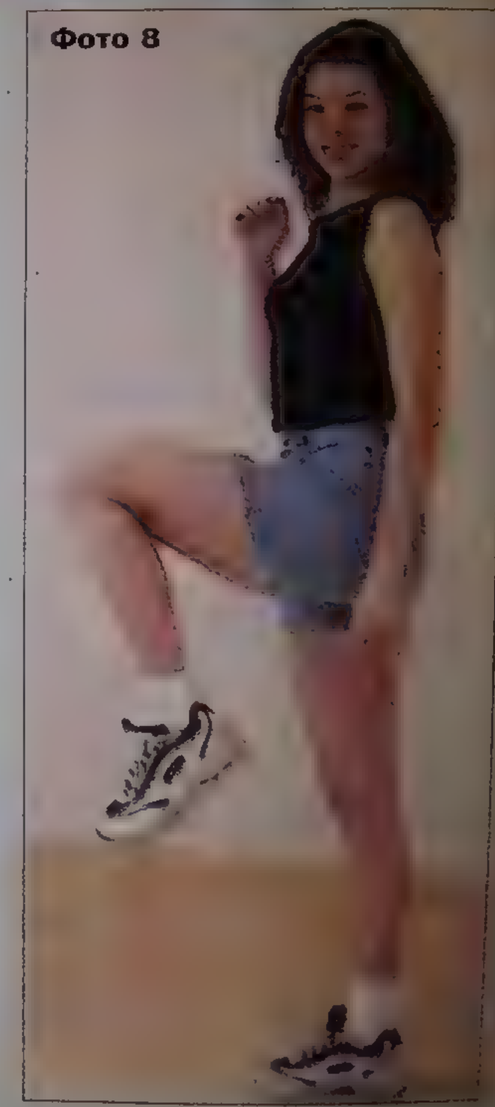
4. Исходное положение - ноги шире плеч, руки на бедрах, носки "смотрят" внутрь. Неглубокие приседания, колени слегка сводим, голову держим прямо. 10 раз **(фото 7).**

5. Исходное положение - ноги вместе. Руки вдоль туловища. Маршируем - раз! - левое колено высоко вверх! Правую руку сгибаем в локте - два! - опускаем руку и ногу - три! - правое колено вверх, левая рука "отдает салют". В хорошем темпе, не менее 30 секунд **(фото 8).**

Фото 6

Фото 7

Фото 8



Единственный совет: не делать зарядку в тапочках.

Подготовила
Ольга НОВАКОВСКАЯ.
Фото автора.

Проблема подростковых угрей причиняет массу неудобств и душевных травм. В 1997 году в британском журнале по дерматологии были опубликованы результаты исследования, доказавшего, что именно акне (угри) - болезнь кожи, которая поражает сальные железы, является самой частой причиной самоубийств.

ПРАВИЛЬНЫЙ РЕЖИМ И ЧИСТАЯ КОЖА

Сальные железы располагаются в глубоких слоях кожи. Максимальная их плотность отмечается на лице, верхней половине туловища и волосистой части головы. Это и определяет локализацию угрей. Если выделение кожного сала становится чрезмерным, старые клетки склеиваются как друг с другом, так и со стенками протоков. В них образуются пробки-комедоны. Это приводит к тому, что кожное сало скапливается в выводном протоке сальной железы, раздувая его и делая похожим на баллон.

К факторам, провоцирующим образование комедонов, относятся: длительное пребывание на солнце, применение косметических средств (жирных и питательных кремов, мазей и кремпудры), употребление некоторых лекарств, вредная привычка растирать лоб, подбородок, тесные головные уборы, выдавливание угрей.

Главную роль в превращении комедонов непосредственно в гнойнички играют бактерии. Если они попадают в закупоренные комедонами протоки сальных желез, то начинают активно размножаться и синтезировать токсические вещества, приводящие в итоге к образованию угрей.

Их лечение должно производиться только врачом-дерматологом. При легком течении акне обычно ограничиваются применением наружных средств (очищающие противовоспалительные маски с глиной, экстрактами зеленого чая, чайного дерева, микротоковая терапия, криомассаж сухим льдом или жидким азотом), основная задача которых - воспрепятствовать образованию комедонов. Более сильное воздействие на клетки протоков сальных желез и комедоны оказывают различные антибиотики, гормоны, препараты на основе витамина А, скинорен, фруктовые кислоты, салициловая кислота. Ежедневное длительное применение этих средств у большинства пациентов с акне дает очень хороший результат. Правильный режим - залог эффективной профилактики угрей. Уход за кожей начинается с умывания утром и вечером моющими средствами с низкими или нейтральными значениями pH. Лучше использовать мыло на основе высококачественных растительных масел - пальмового, оливкового, кокосового, овсяного, лавандового, облагающих хорошими дезинфицирующими и регенерирующими свойствами.

Мария ДЕБАБОВА.

АЛМАГ: ПРОДОЛЖЕНИЕ РАЗГОВОРА

Вы, наверное, помните, уважаемые читатели, что в номере 32 газеты была опубликована статья «АЛМАГ: вопросы и ответы». Как показали многочисленные звонки и отклики, на все интересующие вас вопросы об этом замечательном портативном медицинском аппарате для домашнего лечения в этой публикации вы ответа не нашли. Поэтому сегодня мы продолжим наш диалог. Напомним: АЛМАГ – это малогабаритный магнитотерапевтический аппарат для лечения импульсным магнитным полем. Известно, что сейчас на рынке уже появилось немало магнитотерапевтических приборов. Сразу оговорюсь, у АЛМАГа прямых портативных аналогов нет.

В чем преимущества АЛМАГа?

- высокая эффективность лечения заболеваний, с возможностью снижения дозы и даже полного отказа от принимаемых лекарственных препаратов под контролем врача при применении в домашних условиях;
- возникновение стойкого лечебного эффекта после проведения 2-3-й процедуры;
- отсутствие привыкания к импульсному бегущему магнитному полю и сохранение высокого терапевтического эффекта на протяжении курса лечения;
- возможность отпуска процедур пациентам всех возрастных групп без риска обострения сопутствующих заболеваний в домашних условиях по рекомендации врача.

В каких случаях применяют АЛМАГ? Список заболеваний, при которых помогает АЛМАГ, обширен. Это болезни и травмы опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистые и гинекологические заболевания, хронические бронхиты и пневмония, болезни желудочно-кишечного тракта, дерматологические и неврологические заболевания. Все это подтверждено результатами испытаний. АЛМАГ помогает, даже если болезнь перешла в хроническую форму и все другие средства оказались бессильны.

Есть ли гарантия на аппарат? Завод-изготовитель предоставляет годовую гарантию на все свои изделия с момента продажи. А если аппарат не выдержал гарантийного срока? Не отчаивайтесь. Отправьте его на завод и вложите записку с указанием дефекта и копию почтовой квитанции этой бандероли. Вам отремонтируют аппарат в течение 20 дней с момента получения заводом возврата и компенсируют расходы по пересылке. Если же гарантийный срок уже закончился, вы все равно сможете отремонтировать аппарат на заводе, прислав его по почте.

Действительно ли АЛМАГ так эффективно лечит? Автор следующего письма, жительница Германии, с благодарностью рассказывает, что «аппарат АЛМАГ чудесным образом справился с моим артритом и остеохондрозом, мне 55 лет, и я могу утром бодро вставать, а не сползти с кровати, о чем я долго мечтала. Боли ушли, но даже если они и вернутся, я уже не боюсь: у меня есть АЛМАГ – простой в обращении и очень эффективный».

Если ваш лечащий врач не запрещает магнитотерапию, не пожалейте денег (наложенным платежом 2681 руб.+5% почтовый сбор) и закажите АЛМАГ. Он поможет вам и вашим близким!

Заявки на покупку аппаратов направляйте по адресу: **391351, Рязанская область, г. Елатьма, ЕПЗ, заказ 8972.**

Тел.: **(09131) 2-04-57, 4-38-29.**

Спрашивайте их в ваших аптеках и магазинах «Медтехника».

epz@elat.ryazan.su www.elamed.com

ЕЛАМЕД

Товар сертифицирован
Лицензия Минпрома № 42/2001-0675-04 от 22.10.2001 г

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

ОЛЬГА МАРТИН СВИДЕТЕЛЬСТВУЕТ:

похудеть на 19 кг, про-

На протяжении 21 дня я похудела на 11 килограммов!

Каждое утро, взвешиваясь, я ощущала, что худею на глаз. Это была фантастика. Мое

Мария Дєвабова.

шла в хроническую форму и все другие средства оказались бессильны.

Товар сертифицирован
Лицензия Минпрома № 42/2001-0675-3479
от 22.10.2001 г

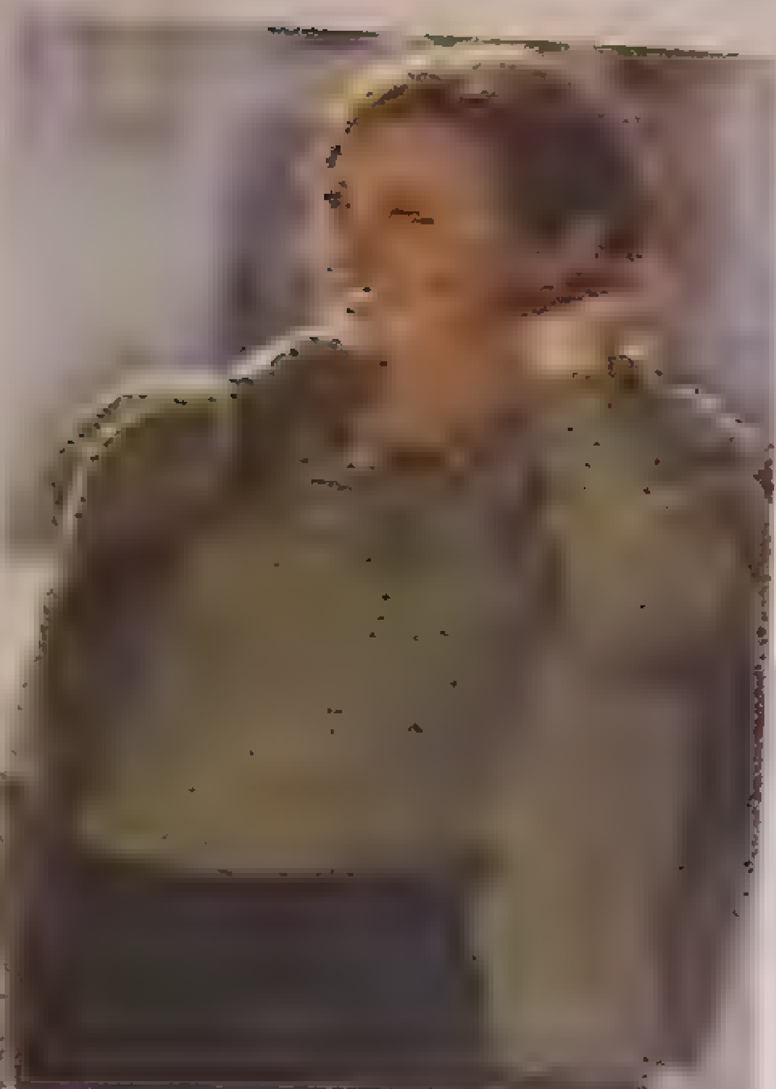
НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

ОЛЬГА МАРТИН СВИДЕТЕЛЬСТВУЕТ:

Как мне удалось похудеть на 19 кг, продолжая при этом есть все, что хочется...

...всего за 6 недель, после удивительной встречи...

(прошло уже больше года и я не набрала даже лишних 100 граммов)



До этого необычного опыта я весила 71 кг, при росте 167 см. Понимала, что это чрезмерный вес, но, предприняв несколько попыток похудеть с помощью различных методов без всякого результата, я успокоилась.

Перед тем, как начать свой рассказ, должна признаться, что в моей семье все женщины весьма крупные. Моя бабушка всегда повторяла: "Лучше вызывать зависть, чем жалость". Даже тогда, когда я не хотела есть, мне говорили: "Съедай все, что лежит на твоей тарелке", и можете быть уверены, что другого выхода у меня не было.

Уже с 12 лет меня стала пугать мысль об "ожирении". Ни за что на свете я не хотела быть похожей на своих теток и двоюродных сестер. Хотела быть стройной, как модели из модных журналов, фотографиями которых была увешана вся моя комната!

[illegible], к сожалению, возможно из-[illegible], в 14 лет я [illegible] поправляться: у меня были [illegible] талия, а бедра и ноги толстоватые. Поэтому с 15 до 20 лет большую часть времени я проводила в борьбе с лишним весом...и сама с собой.

Однажды мне стало стыдно!

Замуж я вышла в 21 год. Мой муж согласился с тем, чтобы я осталась дома. Сначала...все было хорошо. Эта новая жизнь мне нравилась, был прекрасный дом, но через некоторое время я стала скучать.

Я почти никуда не выходила, и как только чувствовала себя не в настроении, стала потихоньку развлекать себя... Один бутерброд здесь, одно печенье там, и продолжала есть целый день. Я старалась сдерживать себя, чтоб не опустошить холодильник. Я чувствовала, что возвращается кризис булимии моего детства, но ничего не могла сделать. Это было сильнее меня.

Таким образом, я стала поправляться еще больше, чем раньше. Сначала мужу нравились мои прелести и он говорил, что это мне идет, и что у меня красивая грудь...но, несмотря на это я чувствовала, что он от меня отдаляется. Он говорил мне: "У тебя красивое лицо и ты выглядела бы на десять лет моложе своего возраста, если бы не была такой толстой", и от этих слов мне было очень плохо. Мне было стыдно, я даже не решалась носить брюки...не говоря уже о купальных костюмах.

Через 2 года ситуация стала катастрофической: мой вес достиг 71 кг. Я села на диету, лишая себя всего, и похудела на 2 или 3 килограмма, которые потом набрала в течение нескольких дней. Я пошла на консультацию к врачу, но от лекарств, которые избавляют от чувства голода, у меня начались боли в желудке, я плохо спала и не худела!

Мой муж все еще не может в это поверить.я похудела на 19 кг. Без всяких усилий. И сейчас, я считаю, что у меня есть все, чтобы начать новую жизнь.

Я не могла такой оставаться

Я чувствовала себя страшной, толстой! Я старалась не расхаживать в трусиках и в лифчике, как раньше. Мой муж не оказывал мне никакого внимания и по вечерам, когда мы ложились спать, сразу поворачивался ко мне спиной и засыпал, не сказав ни слова!

Как и большинство женщин, я часто покупаю женские журналы и много узнала о молодых женщинах, примерно моего возраста, которым удалось похудеть на 10, 15 и даже на 25 килограммов, совсем без усилий, без лекарств, без необходимости перехода на какую-либо диету. Речь идет о препарате **Beauton-C** *(Бютон-Ц)*, на основе хитозана. Это легко, не требует усилий, и я сказала себе: "Ты должна попробовать, англичане известны своими научными достижениями и многим женщинам удалось похудеть благодаря этому препарату, может быть, и для тебя это станет тем чудом, которое ты так долго ждешь".

И тогда я сделала удивительное открытие

"Ничего не сказав мужу, я позвонила по номеру, указанному в объявлении, и заказала по почте препарат **Beauton-C** интенсивный курс похудения. В случае, если я не буду на 100% удовлетворена, мне будут возвращены деньги, за исключением затрат на доставку и упаковку.

Препарат меня заинтересовал и, кроме того, казалось, что принимать его легко. Я стала читать инструкцию и поняла, что в моем случае необходимо принимать эти таблетки сразу после еды.

Помню, как сделала в ванной комнате график, чтобы отмечать все результаты и, не имея намерения разглашать это мужу, спрятала график в шкафчике ванной комнаты...И в тот же вечер начала принимать **Beauton-C.**

И сразу стала терять вес!

Я начала в понедельник вечером, и когда через 2 дня взвешивалась, была несколько разочарована, так как потеряла всего 1 кг. Но, как я прочла, это было нормально, и я перестала волноваться!

Я отметила свой "маленький килограмм" в графике и продолжала курс. Не знаю, что случилось потом, но...между вечером среды и воскресеньем я похудела на 4 кг.

Я была очень счастлива. Я все больше верила, что с этим препаратом смогу потерять все свои лишние килограммы. И была права. Я продолжала худеть и в конце второй недели отметила, что похудела ровно на 8 кг, без усилий, без диет, и более того, - продолжая есть все, как обычно.

На протяжении 21 дня я похудела на 11 килограммов!

Каждое утро, взвешиваясь, я ощущала, что худею на глазах. Это была фантастика. Мое настроение поднималось. И странно, я больше не сердилась, у меня было желание делать массу дел, я была в эйфории.

На протяжении третьей недели я похудела еще на 3 кг, без какихлибо усилий. У меня не было чрезмерного аппетита, я не чувствовала никакой усталости, и ела все, что мне нравится.

Взвешиваясь утром в конце шестой недели, я не поверила своим глазам...и пошла взвеситься к аптекарю, чтобы убедиться, что мои весы правильные. Невероятно! Я действительно похудела на 19 кг без всяких диет.

Сейчас, через год, я вешу 52 кг (в сравнении с 71). Мне нравится готовить блюда и муж обожает все, что я готовлю, но больше ничто не даст мне поправиться. Во мне что-то изменилось, и я сама не понимаю, что именно, но я уверена, что больше никогда не потолстею!

Я не потолстела даже после рождения моего мальчика

Я не только не потолстела, а даже похудела на 3 кг, без всякой диеты!

Всем своим подругам, у которых были проблемы с весом, я порекомендовала этот препарат и все они стали его сторонницами. Одна из них похудела ни много ни мало на 26 кг, и это после того, как на протяжении 20 лет имела избыточный вес."

Ольга Мартин

P.S.: Просьба - не беспокоить издание по вопросам приобретения средства для похудения Beauton-C.

Продолжение на странице 15

ОСЕННИЙ БУКЕТ

...ства из нас осень ассоциируется с ...листвой и дождями. Но мы как-то ... в сентябре еще вовсю цветут ...

У большинства из нас осень ассоциируется с опадающей листвой и дождями. Но мы как-то забываем, что в сентябре еще вовсю цветут астры и георгины, гладиолусы и хризантемы. Так подарите же себе роскошный букет осенних цветов!

Размер мотивов: 68x68 клеточек (14x14 см). Вышивка выполняется на ткани Lugana 25 ct (10 нитей/см, 5 крестиков/см) фирмы "Zweigart", нитками мулине DMC арт. 117.

Ольга ЦАПЛИНА,
дизайнер.

СТИЛЬНАЯ ОБНОВКА

ЖИЛЕТ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

Эту универсальную жилетку в стиле унисекс сможет носить как мужчина, так и женщина.

Модель рассчитана на 46-48-й размер. Для того чтобы ее сшить, вам понадобится плащевая ткань - 1 м при ширине 150 см и 20 см клеевой (флизелина), а также молния 50 см и шнурок.

1. Выкроите детали жилета, оставляя припуски на швы 1,5 см, а на подгибку низа - 3 см.

2. Стачайте детали спинки и полочки по боковым швам.

3. Стачайте жилет по плечевым швам.

4. Обметайте боковые и плечевые швы. Заутюжьте их на спинку.

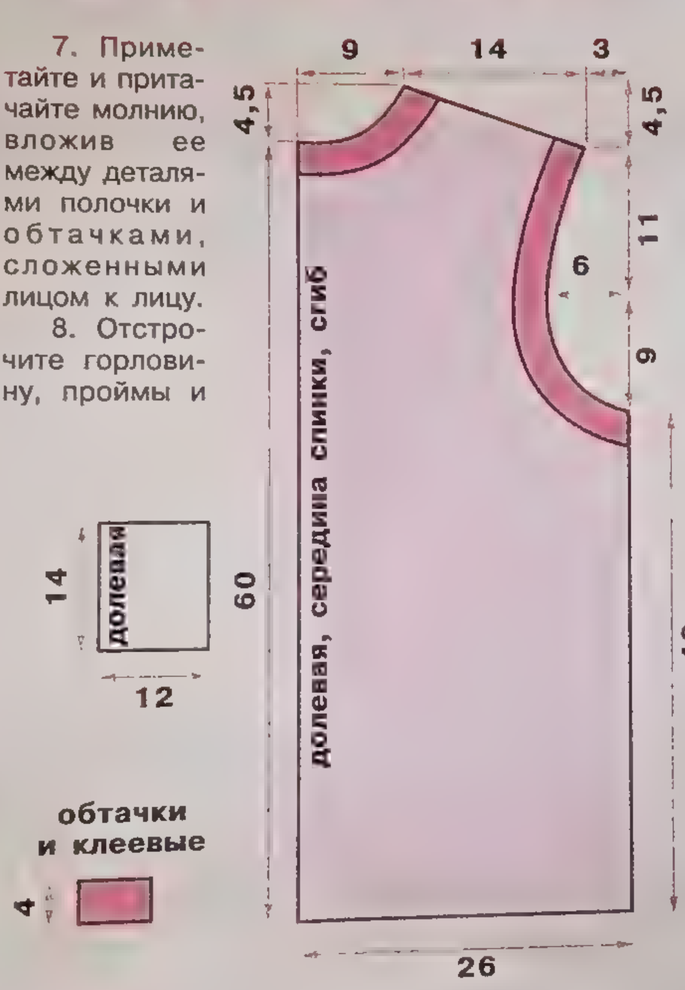
5. Проклейте обтачки флизелином и обработайте внешние края (обметайте или отстрочите швом с закрытым срезом).

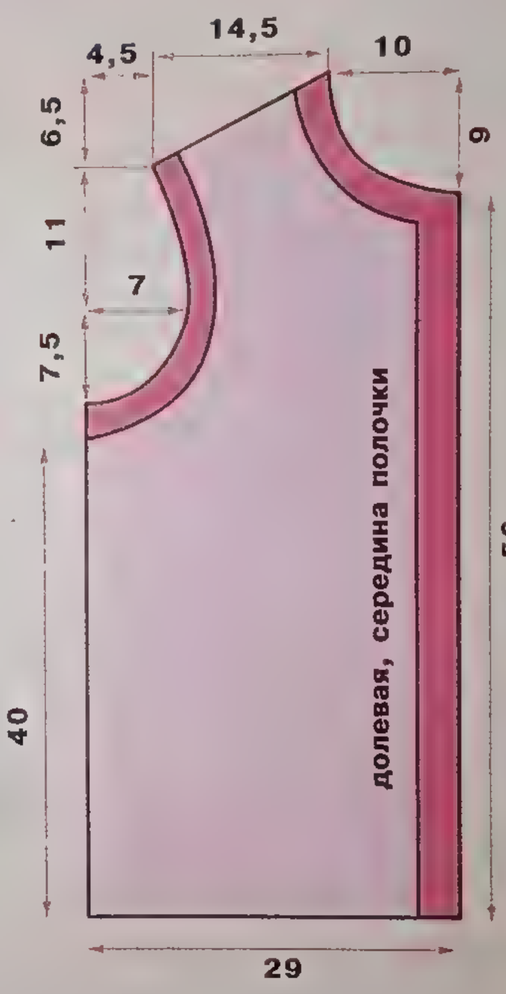
6. Обтачайте горловину и проймы. Надсеките припуски на швы и настрочите их на обтачки. Заутюжьте обтачки наизнанку.

7. Приметайте и притачайте молнию, вложив ее между деталями полочки и обтачками, сложенными лицом к лицу.

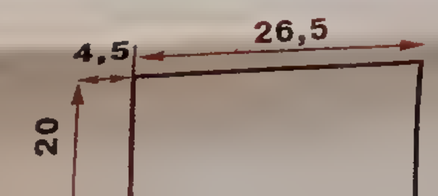
8. Отстрочите горловину, проймы и вдоль молнии, отступив от края по 1 см.

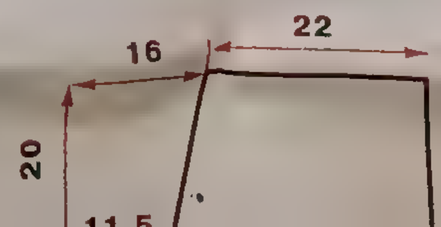
9. Обметайте низ изделия и отстрочите швом с закрытым срезом с учетом того, что внизу вставляется шнурок.



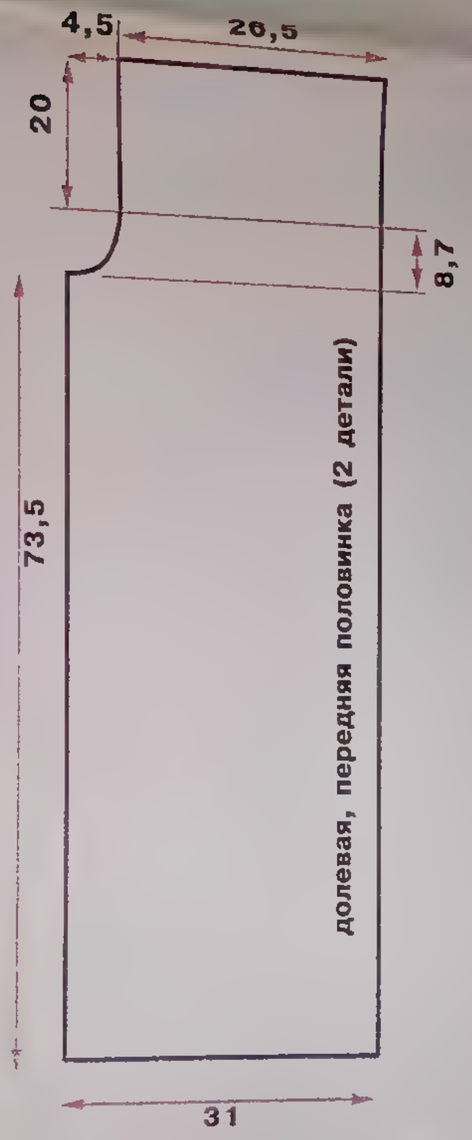


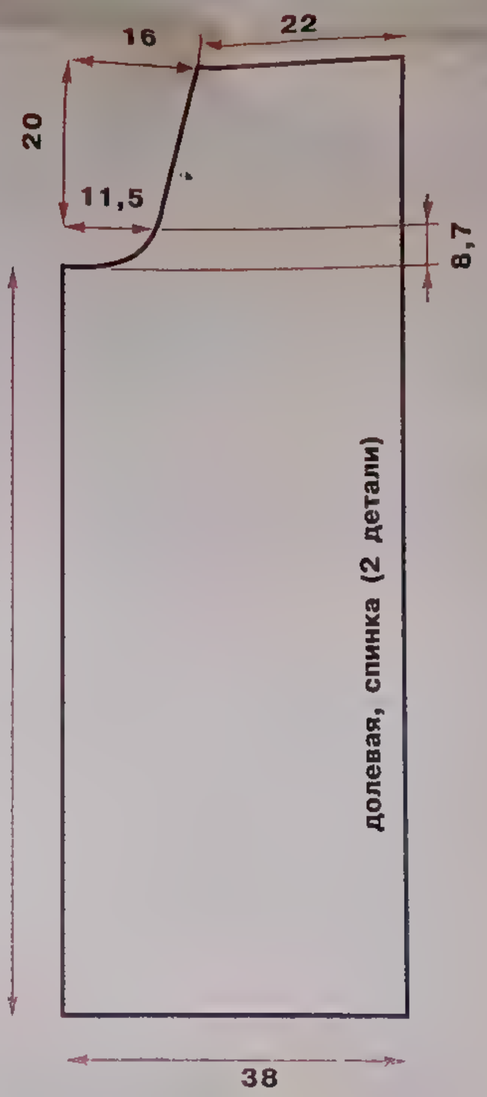
БРЮКИ В СПОРТИВНОМ СТИЛЕ





Брюки в спортивном стиле





Сегодня ни одна из женщин не представляет себе своего гардероба без пары брюк. А если ваши габариты или вкусовые пристрастия не позволяют носить вам брюки-стрейч, порадуйте себя брюками спортивного стиля. Данная модель рассчитана на женщин с обхватом талии 72 см, обхватом бедер 100 см. Вам понадобится плащевая хлопчатобумажная или смесовая ткань шириной 150 см и длиной 110-120 см, а также шнурок.

1. Выкроите детали брюк, не забывая делать припуски на швы 1 см, на подгибку низа - 2-2,5 см, на обработку верха - 4 см.

По карманам дайте прибавку:

- по верхнему срезу - 2 см;
- по остальным срезам - 1 см.

2. Сложите правые переднюю и заднюю половинки брюк по боковому шву лицом к лицу. Сметайте и стачайте. То же самое проделайте и с левыми половинками брюк.

3. Швы обметайте и разутюжьте.

Верхний срез кармана отстрочите швом с закрытым срезом, остальные припуски заутюжьте наизнанку.

Карманы приколите, наметайте и настрочите, отступив от края 0,3-0,5 см.

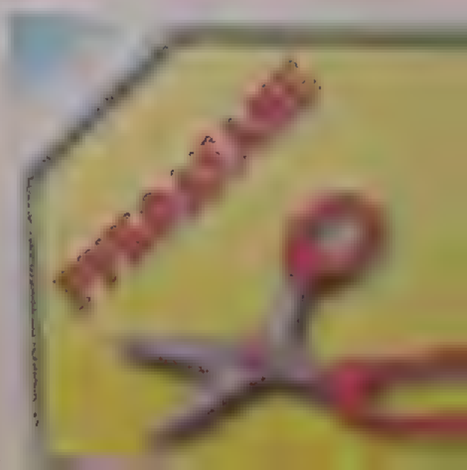
5. Сметайте и стачайте внутренние (шаговые) швы брюк. Швы обметайте и разутюжьте.

6. Выверните одну половинку брюк на лицо и вставьте в другую, совместите боковые и шаговые швы. Сметайте и стачайте их. Обметайте швы и разутюжьте до начала закругления. При стачивании оставьте небольшое отверстие на передней половинке брюк, отступив от верхнего среза 5 см, для продевания шнурка.

7. Обметайте верхний срез брюк и отстрочите на расстоянии 2,5 и 0,3 см от верхнего края. Вставьте шнурок.

8. Обметайте и подшейте низ брюк.

Полосу подготовила Ирина ПУШКАРЕВА, дизайнер



КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

УГОЩЕНИЕ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

У меня совершенно замечательная семья, и я очень люблю готовить для домочадцев что-нибудь вкусненькое, радуюсь, когда они едят с аппетитом и просят добавки. Считаю, что такие обеды и ужины способствуют укреплению семьи, помогают решать многие проблемы и создают в доме особую атмосферу радости и уюта. Вот несколько рецептов, которые очень популярны в нашей семье.

САЛАТ "МОЯ СЕМЬЯ"

Все продукты, необходимые для этого салата, выкладываются в салатник слоями в следующей последовательности:

1-й: стакан мелко порезанных маринованных грибов;

2-й: две головки лука, порезанные тонкими полукольцами и обжаренные в растительном масле;

3-й: стакан отварного куриного мяса, нарезанного кубиками;

4-й: три отварные и нарезанные кубиками картофелины;

5-й: две отварные и натертые на терке моркови;

6-й: 150 г натертого на терке сыра;

7-й: 100 г измельченных грецких орехов.

Каждый слой нужно промазать майонезом, а при желании в него можно добавить мелко нарезанный чеснок.

РЫБНАЯ ПОХЛЕБКА И ЗРАЗЫ "УГАДАЙ, ИЗ ЧЕГО"

В 2,5 л подсоленной воды сварите 500 г грибов (вполне [illegible] вешенки). Грибы и [illegible] луковицу порежьте и [illegible] растительном масле. А в грибной бульоне тем временем целиком отварите 5 картофелины, разомните их, вых ложек жареных грибов. В бульон добавьте 3-3,5 стакана молотых сухарей, 2 натертых на терке яйца, нарезанную и обжаренную в масле до золотистого цвета луковицу, сырое яйцо, соль, перец по вкусу. Все перемешайте, из полученной массы сделайте лепешки, в середину каждой положите начинку из жареных грибов, слепите зразы, обваляйте в сухарях и обжарьте до золотистого цвета в растительном масле. Подавайте их к грибной похлебке.

МАКАРОНЫ "ДОБРОЕ УТРО, СЕМЬЯ!"

Возьмите 500 г макаронных изделий (спагетти, рожки, бантики), 400 г сырых грибов, 100 г сливочного масла, 100 г сливок, 50 г тертого сыра.

В масле обжарьте нарезанные соломкой, посыпанные солью и перцем грибы. Влейте сливки и тушите до готовности грибов. Макароны отварите,

чек, придав им по возможности одинаковую форму. Ломтики мяса посолите, посыпьте приправой "К курице" и дважды обмакните во взбитое яйцо и обваляйте в сухарях. Обжарьте в растительном масле до золотистого цвета.

Второй вариант

Морковь нарежьте соломкой, луковицу и 2 зубчика чеснока порубите. Обжарьте овощи в небольшом количестве растительного масла, посолите, поперчите, добавьте приправы. На каждый ломтик отбитого куриного филе положите овощную начинку. Мясо сверните рулетиком, обмакните во взбитое яйцо, обваляйте в сухарях, обжарьте и потушите 10 минут под крышкой.

ЗАКУСКА "РАЙСКАЯ"

Вам потребуется 3 вареных яйца, 200 г твердого сыра, 2 маленьких соленых огурца, зелень, стакан сухариков, банка оливкового майонеза.

ананасов возьмите 250 г сыра, банку оливкового майонеза.

Ананасы нарежьте кубиками, сыр натрите на мелкой терке. Выложите на тарелку в следующей последовательности: ананасы, майонез, сыр, майонез - и так три раза.

Поставьте в холодильник на ночь.

ПИРОГ "СЕМЕЙНЫЕ ТАЙНЫ"

Этот пирог не нужно резать. К тому же не сразу определишь, какая у него начинка. Ведь он состоит из маленьких пирожков с разной начинкой. А готовится пирог следующим образом.

Для дрожжевого теста возьмите 1 л молока, 50 г дрожжей, по 150 г сливочного масла и сахара, 5 яиц, чайную ложку соли, муку по необходимости.

В стакане теплого молока растворите дрожжи, всыпьте столовую ложку сахара и 3 столовые ложки муки. Перемешайте. Дайте подойти. В оставшееся молоко влейте опару, посолите, добавьте столько муки, чтобы по густоте тесто напоминало сметану. Масло растопите, немного остудите, а затем влейте в тесто. Яйца и сахар взбейте до полного растворения сахара и введите в тесто. После этого подсыпьте еще немного муки и дайте подойти тесту два раза.

ку. Выпекайте до готовности. Получившийся круглый пирог выложите на блюдо, обильно смажьте сливочным маслом. Из 2 яичных белков и 100 г сахара приготовьте безе и с помощью кондитерского мешочка "разрисуйте" верх и бока пирога.

Начинка для пирога может быть разная. Например, курагу или урюк распарьте, пропустите через мясорубку, добавьте немного яблочного повидла и ванилина.

Или перемешайте пачку творога (250 г), сырое яйцо, полстакана сахара, изюм и ванилин.

Еще один вариант: смешайте по полстакана мака, манки, сахара, 2-3 столовые ложки сметаны, 100 г маргарина и ванилин.

СЕМЕЙНЫЕ БЛИНЫ

Яйцо разотрите с чайной ложкой соли и столовой ложкой сахара. Влейте стакан молока и 2 стакана теплой воды. Всыпьте столько муки, чтобы получилась однородная масса средней густоты. *Дайте постоять час.* Две луковицы нарежьте помельче и обжарьте в растительном масле. Два яйца сварите и натрите на терке. Лук и яйца перемешайте, посыпьте их грибным кубиком. [illegible] перемешайте с тестом

подойдут вешенки). Грибы и большую луковицу порежьте и обжарьте в растительном масле. *А в грибной бульон тем временем целиком* отварите 4 картофелины, разомните их, в бульон положите грибы с луком, бульонный кубик с грибным вкусом, чайную ложку сливочного масла. Доведите до кипения и заправьте сметаной.

Готовя похлебку, оставьте 1,5 стакана бульона и 5 столо-

100 г сливочного масла, 100 г сливок, 50 г тертого сыра.

В масле обжарьте нарезанные соломкой, посыпанные солью и перцем грибы. Влейте сливки и тушите до готовности грибов. Макароны отварите, заправьте сыром, сверху выложите грибы и полейте соусом.

ОТБИВНЫЕ "ДЛЯ ЛЮБИМЫХ"

Первый вариант

Потребуется 1 кг куриного филе, отбейте каждый кусо-

под крышкой.

ЗАКУСКА "РАЙСКАЯ"

Вам потребуется 3 вареных яйца, 200 г твердого сыра, 2 маленьких соленых огурца, зелень, стакан сухариков, банка оливкового майонеза.

Яйца и сыр натрите на крупной терке, огурцы нарежьте соломкой, добавьте сухарики, рубленую зелень петрушки, перемешайте и заправьте майонезом.

ЗАКУСКА "БУРЖУЙСКАЯ"

На банку консервированных

лите, добавьте столько муки, чтобы по густоте тесто напоминало сметану. Масло растопите, немного остудите, а затем влейте в тесто. Яйца и сахар взбейте до полного растворения сахара и введите в тесто. После этого подсыпьте еще немного муки и дайте подойти тесту два раза. На третий раз тщательно его вымесите, при необходимости подсыпая муку, разделайте на одинаковые кусочки, начините разной начинкой, слепите круглые пирожки и выложите в чудо-печку по кругу, чередуя начин-

получилась однородная масса средней густоты. Дайте постоять час. Две луковицы нарежьте помельче и обжарьте в растительном масле. Два яйца сварите и натрите на терке. Лук и яйца перемешайте, посыпьте их грибным кубиком. Начинку перемешайте с тестом и выпекайте блины на сухой сковороде. Складывайте стопкой, смазывая сливочным маслом.

Вероника ДОНЦОВА.
Новочеркасск Ростовской области.

ПО-ГРЕЧЕСКИ И ПО-КОРЕЙСКИ

БАКЛАЖАННАЯ ИКРА

Первый способ

На 2 баклажана: по 4 зеленых болгарских перца и помидора, 2 головки лука, 3-4 зубчика чеснока, четверть стакана растительного масла, уксус, соль, черный молотый перец.

Баклажаны и перец испеките в духовке. Пропустите через мясорубку испеченные овощи без шкурки, помидоры и лук. Заправьте растительным маслом, смешайте с толченым чесноком, посолите, добавьте зелень, уксус по вкусу. Потушите все вместе 20 минут.

Сложите в 0,5-0,7-литровые банки, простерилизуйте 10-15 минут. Закатайте. Укутайте.

Второй способ

Вам потребуется 5 кг баклажанов, 3,5 кг болгарского перца, 2,5 кг моркови, по 2 кг лука и помидоров, 1-2 штуки горького перца, соль по вкусу.

Баклажаны нарежьте кубиками, перец - соломкой. Все по отдельности обжарьте в растительном масле. Морковь, лук и помидоры пропустите через мясорубку. Посолите по вкусу, тушите 40 минут. Разложите в банки, закатайте и укутайте.

КОРЕЙСКИЙ САЛАТ ИЗ БАКЛАЖАНОВ

На 1 кг баклажанов: по стручку горького красного и сладкого перца, пучок укропа, 3 зубчика чеснока, 1,5 чайной ложки соли, столовая ложка растительного масла, 1,5 чайной ложки эссенции.

Баклажаны поварите в воде 5 минут, затем нарежьте кубиками. Красный перец нарежьте тонкими полукольцами, горький перец, укроп, чеснок измельчите. Посолите, добавьте растительное масло и уксусную эссенцию по вкусу. Дайте постоять 20-30 минут. Сложите в банки, плотно утрамбуйте. Стерилизуйте полулитровые банки 20 минут.

БАКЛАЖАНЫ ПО-ГРЕЧЕСКИ

Потребуется 5 кг баклажанов, по 1 кг лука, помидоров, болгарского перца, 30 г зелени укропа и петрушки, 100 г соли, 50 г черного молотого перца, 0,5 л растительного масла, сахар, пряности по вкусу.

Нарезанные кружочками баклажаны отварите в кипящей воде 10 минут, измельчите на мясорубке. Целые перцы опустите в кипящую воду на 5 минут, сразу же охладите, снимите кожицу, вырежьте семена, мелко порежьте.

Кольца репчатого лука поджарьте в растительном масле. Помидоры измельчите на мясорубке, зелень мелко порежьте. Подготовленные таким образом овощи заправьте маслом, солью, сахаром и пряностями, прогрейте до 90 градусов, разложите по банкам и стерилизуйте литровые банки час, полулитровые - 45 минут.

Светлана ШКУРОВА.
Пенза.

ДВА САЛАТА

САЛАТ С ГОРОШКОМ

Нарежьте по 1 кг репчатого лука, моркови, болгарского перца, 3 кг спелых твердых помидоров, сложите в глубокий таз, засыпьте 100 г соли и оставьте на 10-12 часов.

После добавьте по 300 г растительного масла и сахара, поставьте на слабый огонь и варите до готовности. Минут за 20 до конца варки добавьте банку зеленого горошка, предварительно слив жидкость, по 5-7 лавровых листочков и горошин черного перца. А в конце варки - 2 столовые ложки уксусной эссенции. Горячий салат разложите в стерильные банки, закатайте и укутайте на ночь.

ВКУСНЯТИНКА

Два кг очень спелых помидоров нарежьте, добавьте 1 кг нарезанного соломкой болгарского перца, 200 г сахара, 350 г растительного масла, по чайной ложке красного и черного молотого перца, 5 лавровых листочков, 2 столовые ложки соли и варите 30 минут. Добавьте 3 давленых головки чеснока и чайную ложку уксусной эссенции. Разложите по банкам и закатайте.

Наталья ЕНКИНА.
г. Камень-на-Оби Алтайского края.

ЖЕЛТЫЙ СУП, ЗЕЛЕНЫЕ ПЕЛЬМЕНИ

ТРУБОЧКИ С НАЧИНКОЙ

Капустные листья опустите на 2-3 минуты в кипяток, для того чтобы они стали мягкими. Утолщения можно срезать. Откиньте на дуршлаг, дайте воде стечь. На подготовленный лист выложите любой салат (из помидоров и огурцов, мясной, рыбный), сверните в трубочку. Один ее конец закрепите кольцом, вырезанным из морковки или небольшого огурца.

Выложите эти трубочки на блюдо и посыпьте зеленью.

СУП ИЗ СЫРА

Два плавленых сырка (лучше с грибами) мелко нарежьте и варите в 1 л воды на слабом огне, пока не исчезнут комочки. Можно добавить картошку, жареный лук. Я же предпочитаю подавать такой суп с клецками. Для их приготовления замесите тесто из 2 яиц, муки и небольшого количества холодного сырного бульона. Сделайте клецки и опустите в кипящий суп. Как всплывут, подавайте на стол.

ЗЕЛЕНЫЕ ПЕЛЬМЕНИ

Эти пельмени я готовлю с весны до осени. Тесто - как для обычных пельменей. А вот в качестве начинки подойдет любая нашинкованная зелень - щавель, укроп, петрушка, сельдерей, зеленый лук, мята. Посолите, поперчите, хорошо перемешайте. Слепите и варите, как обычные пельмени. Подавайте со сметаной.

Валентина СПИРИДОНОВА.
г. Сланцы Ленинградской области.

БУЛОЧКИ К КУРОЧКЕ

КУРИНЫЙ КУТЮР

Вам потребуется 100 г грецких орехов, 3 апельсина, 100 г изюма, мякоть отварной курицы, сметана и майонез для заправки.

Орехи измельчите, апельсины очистите и порежьте мелкими кубиками. Изюм промойте и распарьте на водяной бане. Мясо курицы отделите от костей и мелко порежьте. Все смешайте и заправьте сметаной и майонезом.

ПРАЗДНИЧНЫЙ САЛАТ

Копченую куриную грудку разделите на тонкие волокна. Луковицу нарежьте крупными кольцами, сложите в дуршлаг и ошпарьте кипятком.

Из 3 яиц и необходимого количества муки замесите жидкое однородное тесто, напеките блинчиков и порежьте их мелкой лапшой. Смешайте с луком и куриным мясом и заправьте майонезом, лучше оливковым.

СУХАРИКИ ОТ БАБУШКИ НИНЫ

Вам понадобится 3 яйца, пачка маргарина, пол чайной ложки соды, стакан сахара, 2,5 стакана муки.

Два яйца взбейте с сахаром и солью. Пачку маргарина натрите на терке, введите в яичную массу и взбивайте до однородности. Добавьте соду, гашенную уксусом, муку, замесите крутое тесто. Раскатайте. Сделайте толстые колбаски и выпекайте. Готовую выпечку разрежьте на сухарики, снова поставьте в духовку, а когда они подрумянятся, выключите огонь и оставьте подсыхать.

ФРАНЦУЗСКИЕ БУЛОЧКИ

Возьмите 3 яйца, 5 столовых ложек сахара, полпачки растопленного маргарина, столовую ложку сухих дрожжей или 50 г свежих, стакан молока или кефира, пол чайной ложки соды (если вы используете молоко, то соду погасите уксусом, а если кефир - то гасить не надо), мак или изюм, муку.

Изюм предварительно за полчаса залейте кипятком, а затем просушите на полотенце.

Дрожжи разведите в стакане воды. Яйца, сахар, маргарин, молоко, соду, соль смешайте, добавьте дрожжи и муку так, чтобы замесить тесто понежнее, чем на пельмени.

Разделите тесто пополам, каждую половинку раскатайте в лепешку, смажьте маслом, посыпьте маком или изюмом, сверните рулетиком, затем разрежьте на кусочки и выложите на сухой противень. Оставьте подходить на 2 часа. Затем выпекайте в духовке 25 минут. Готовые булочки сверху смажьте маслом.

Нина ВАДБОЛЬСКАЯ.
г. Артемовский Свердловской области.

Казалось бы, что может быть проще, чем пожарить курицу? Однако каждая хозяйка делает это по-разному. Одни предпочитают цыпленка-табака, другие нежные куриные грудки. А вот какой рецепт предлагает повар московского ресторана "Русский погребок" Илона КОПЫРИНА.

ФИЛЕ ПТИЦЫ В МАЙОНЕЗЕ

Филе птицы (причем не только курицы, но и дичи) обжарьте, остудите и нарежьте ломтиками. Приготовьте соус. В концентрированный мясной бульон добавьте майонез, распущенный желатин. Полученным соусом полейте ломтики, украсьте клюквой, зеленью петрушки и отварной морковью. Подавайте с гарниром из салата, зеленого лука, яблок, ягод, долек лимона или апельсина.

БУТЕРБРОД НА ЗАВТРАК, КОТЛЕТКА НА ОБЕД

МЯСО ПОД ШУБОЙ

Свинину или говядину нарежьте тонкими пластами, отбейте, посолите, поперчите, обваляйте в муке. В кастрюлю с толстым дном налейте растопленное сливочное масло. Затем слоями выложите нарезанные морковь, лук, кусочки мяса и так далее. Долейте немного воды

взбитое яйцо, обваляйте в сухарях, затем снова обмакните в яйцо и снова обваляйте в сухарях. *Обжарьте котлеты с двух сторон и доведите до готовности в духовке.*

ПАШТЕТ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА

200 г отварной говядины, свинины или курицы мелко на-

пропустите через мясорубку или очень мелко порежьте. Одну-две сырых картофелины натрите на мелкой терке, добавьте измельченный зубчик чеснока, посолите, поперчите, вбейте яйцо, смешайте с колбасным фаршем. Все хорошенько перемешайте. Батон разрежьте на кусочки, выложите на них приготовленную массу и

Зачастую даже трудно бывает сказать, кому больше повезло: тому, кто съел спелый арбуз или сахарную дыню, или тому, чья покупка оказалась не столь удачной - зеленой, жесткая и неароматная, арбуз - светлый и несладкий. Ведь именно такие плоды подходят для варенья.

МЯСО ПОД ШУБОЙ

Свинину или говядину нарежьте тонкими пластами, отбейте, посолите, поперчите, обваляйте в муке. В кастрюлю с толстым дном налейте растопленное сливочное масло. Затем слоями выложите нарезанные морковь, лук, кусочки мяса и так далее. Долейте немного воды или бульона, добавьте лавровый лист и тушите до готовности. Когда мясо станет мягким, положите 1-2 столовые ложки томатной пасты и 100-150 г сметаны, доведите до кипения и подавайте с любым гарниром.

КОТЛЕТЫ "ПРОКОПЬЕВСКИЕ"

Приготовьте фарш, как на обычные котлеты. Разделите на маленькие лепешечки, на середину каждой положите кусочек сливочного масла, придайте форму котлет, обмакните во взбитое яйцо, обваляйте в сухарях, затем снова обмакните в яйцо и снова обваляйте в сухарях. Обжарьте котлеты с двух сторон и доведите до готовности в духовке.

ПАШТЕТ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА

200 г отварной говядины, свинины или курицы мелко нарежьте или пропустите через мясорубку. 100 г плавленого сыра разотрите с 2 чайными ложками томатной пасты или кетчупа, добавьте столовую ложку майонеза, пряности и специи по вкусу. В полученную массу положите измельченное мясо, разотрите до однородной массы и на ночь поставьте в холодильник.

БУТЕРБРОДЫ К ЗАВТРАКУ

100-150 г вареной колбасы пропустите через мясорубку или очень мелко порежьте. Одну-две сырых картофелины натрите на мелкой терке, добавьте измельченный зубчик чеснока, посолите, поперчите, вбейте яйцо, смешайте с колбасным фаршем. Все хорошенько перемешайте. Батон разрежьте на кусочки, выложите на них приготовленную массу и подрумяньте в духовке.

ПИРОГ ИЗ КАБАЧКОВ

Смешайте 2 стакана натертых на мелкой терке кабачков, по 2 стакана муки и сахара, 2 яйца, чайную ложку соды, гашенной уксусом. Хорошо размешайте тесто, вылейте на смазанную сковороду и выпекайте.

Светлана ВЛАСЕНКО.
г. Прокопьевск
Кемеровской области.

КОГДА ПОСПЕЛА ОБЛЕПИХА

ОБЛЕПИХОВОЕ ВАРЕНЬЕ

На 1 кг облепихи - 1,5 кг сахара и 0,8 л воды.

Твердые ягоды, снятые до заморозков, вымойте, обсушите и переложите в тазик, засыпьте небольшим количеством сахара и поставьте в холодное место на 8-10 часов. Когда сок покроет ягоды, слейте его, доведите до кипения, добавьте оставшийся сахар, а когда сахар растворится, всыпьте облепиху и варите в один прием до готовности.

ВАРЕНЬЕ ИЗ ОБЛЕПИХИ С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

Вам потребуется 1 кг облепихи, 200 г ядер грецких орехов, стакан воды, 1,5 кг сахара.

Очищенные орехи измельчите и варите 20 минут в сахарном сиропе. В слегка остуженный сироп с орехами положите, опустите ягоды, доведите на слабом огне до кипения и варите опять на слабом огне до готовности.

КОМПОТ-АССОРТИ

Возьмите 1 кг облепихи, 1 кг яблок или груш, 600 г крупного шиповника. Для заливки (в зависимости от того, насколько сладкие ягоды) возьмите 400-800 г сахара на 1 л воды.

Яблоки очистите, нарежьте дольками и бланшируйте 3-5 минут в кипящей воде. Откиньте на дуршлаг и сразу же остудите в холодной воде. У крупных и зрелых плодов шиповника удалите плодоножки и чашелистики, разрежьте пополам и освободите от семян. Мелкие можно использовать целиком, удалив плодоножки и чашелистики. Ягоды облепихи вымойте, удалите плодоножки. В подготовленные банки слоями уложите облепиху, яблоки и шиповник, заполнив их до плечиков, залейте горячим сиропом и стерилизуйте в кипящей воде полулитровые банки 15 минут, литровые - 25, трехлитровые - 35-40 минут.

Валентина РУЖНИКОВА.
г. Усолье-Сибирское
Иркутской области.

Зачастую даже трудно бывает сказать, кому больше повезло: тому, кто съел спелый арбуз или сахарную дыню, или тому, чья покупка оказалась не столь удачной - дыня жесткая и неароматная, арбуз - светлый и несладкий. Ведь именно такие плоды подходят для варенья.

НАДОЕЛИ МАРИНАДЫ

Срежьте мякоть с корок, нарежьте ее кубиками в 1-2 см. У арбуза удалите семечки. Посыпьте мякоть сахаром из расчета 1,2 кг сахара на 1 кг мякоти и поставьте часа на 2 в холодное место. Мякоть дает сок, поэтому воду добавлять не надо. А вот если постоит подольше, то сока будет слишком много, и варенье получится чересчур жидким. Варите в три приема до закипания с интервалом 8-10 часов. Перед последней варкой можно добавить 2-3 г лимонной кислоты и ванилин по вкусу.

А можно приготовить варенье из зеленых помидоров. Лучше всего подойдут совсем зеленые мелкие плоды. На 1 кг помидоров возьмите 1,2 кг сахара и 1,5 стакана воды. Из воды и сахара сварите сироп, остудите, залейте им подготовленные помидоры. Через сутки сироп слейте, доведите до кипения и сразу же залейте им помидоры. Через сутки снова залейте плоды кипящим сиропом и варите до готовности.

Не менее оригинальным получается варенье из огурцов. Готовится оно из расчета 0,5 кг сахара, по 1 апельсину и лимону на 1 кг огурцов. Хорошо бы еще добавить ванилин, корицу, гвоздику по вкусу.

Огурцы очистите от кожицы, нарежьте, отварите до мягкости, остудите, отцедите. У лимона и апельсина отожмите сок. Разбавьте его водой так, чтобы получилось 3 стакана жидкости. Добавьте сахар и сварите сироп. Оставшуюся лимонную и апельсиновую кожуру мелко нарежьте, отварите в небольшом количестве воды, отцедите, добавьте пряности и вылейте в сироп. Туда же выложите огурцы и варите на слабом огне, пока они не станут прозрачными.

Зинаида ХРОМОВСКИХ.
г. Ейск
Краснодарского края.

ПЕРЧИК НА ЗАКУСКУ

САЛАТ ИЗ ПЕРЦА С ЧЕСНОКОМ

Вам потребуется 500 г сладкого перца, 2 головки чеснока, 3 столовые ложки растительного масла, 2-4 столовые ложки уксуса, соль по вкусу.

Перец испеките, очистите от кожицы, хвостики оставьте. Чеснок разотрите с солью, добавьте уксус, масло, размешайте. Обмакните каждый перчик, держа его за хвостик в эту смесь, и уложите на плоскую тарелку. Подавайте блюдо охлажденным.

ПЕРЕЦ В ТОМАТЕ

На 0,5 кг перца понадобится 100 г растительного масла, 200 г помидоров, луковица, 2-3 зубчика чеснока, соль, зелень петрушки.

Сладкий перец обмойте. Не удаляя плодоножки, наколите вилкой в нескольких местах, обжарьте на масле и уложите на плоское блюдо. Помидоры почистите, мелко порежьте, поджарьте с луком, добавьте растертый чеснок, зелень петрушки, соль. Горячей массой залейте перец и дайте ему пропитаться.

Светлана ВОРОПАЕВА.
Калининград.

Каких только подушек сегодня нет! С разными наполнителями: пухом и пером, шерстью, ватой, шелухой гречки и риса, вспененным латексом и синтепоном. Но не спешите брать первую попавшуюся, иначе проблем со сном и здоровьем не избежать. Ведь от того, насколько она удобна, зависит положение спящего. А от того, в какой позе спит человек, - его здоровье и даже жизнь.

НЕ ДУМАЙ О ПОДУШКЕ СВЫСОКА

"Во многих случаях причина смерти во сне, которая наступает в 4-5 часов утра у людей старше 60 лет, кроется в том, что они спят неправильно. Комфортное положение возможно только на подушке, толщина которой равна ширине плеча", - говорит главный мануальный терапевт Минздрава РФ Анатолий Ситель.

Большинство людей предпочитают спать на традиционных подушках, набитых пухом и пером. Из синтетических наполнителей наибольшей популярностью пользуется комфорель - искусственное волокно, скрученное в шарики размером до 10 миллиметров. Опыт показывает, что спать на такой подушке действительно приятно, а стирать просто. Она хорошо переносит машинную стирку и отжим в центрифуге, быстро сохнет и легко восстанавливает форму. А вот спать на так называемой ортопедической подушке из латекса не рекомендуется. Несмотря на заверение бортик такой подушки упирается в шею и при повороте головы может пережать кровеносные сосуды, нервы, сонную артерию", - предупреждает А. Ситель.

"Людям с аллергией на пух, перо, шерсть мы рекомендуем отказаться от одеял и подушек с наполнителями животного происхождения, - говорит заведующая научно-консультативным отделом Института им-

и синтетические материалы могут вызывать аллергию. Прежде чем менять, допустим, пуховую подушку на новую, стоит узнать, что именно является аллергеном. Им может оказаться, например, пылевой клещ. Главное - содержать спальню в порядке и регулярно, не реже чем раз в полгода, чистить или стирать одеяла и подушки. И тогда можно спать на чем угодно и чем угодно укрываться".

Наряду с обычными в продаже есть подушки на молнии в комплекте с "запасным" наполнителем, который можно досыпать в чехол, если подушка окажется недостаточно

думали даже подушку, разгороженную пополам: одна половина попышней и помягче - для сна, вторая, более жесткая и упругая, - для чтения в постели.

Врачи рекомендуют менять подушки на новые раз в три-четыре года. Однако блицопрос покупателей постельных принадлежностей в столичном универмаге показал, что только двое из десяти опрошенных покупают одеяла и подушки чаще чем раз в пять лет и стирают их хотя бы раз в год. А пятеро спят под одеялами, доставшимися по наследству, и менять их на новые не собираются - жалко выкидывать ценную вещь.

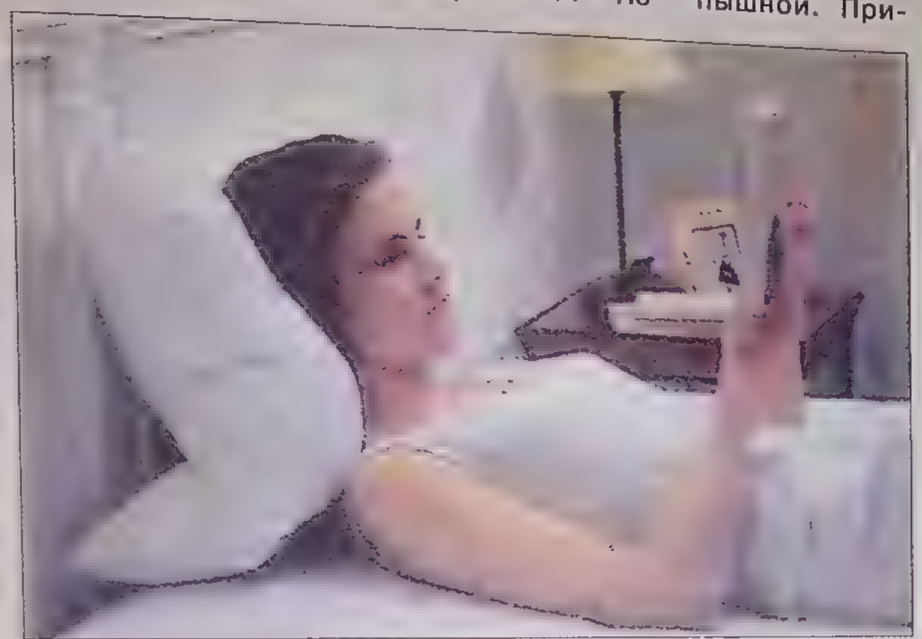
Цена одеяла, как и подушки, зависит от размера, толщины, наполнителя и качества материала, из которого сшит чехол. Самое дорогое одеяло, которое нам удалось обнаружить, было на гагачьем пуху и продавалось за 5300 долларов. Самое дешевое - ситцевое на синтепоне - стоило 2000 рублей. Подушки, конечно, дешевле - от 100 до 2000 рублей.

Алексей МЯСНИКОВ.

ЧЬЯ КВАРТИРА?

Несколько лет назад мы приобрели квартиру. Во время покупки я была в санатории, и поэтому все документы на недвижимость оформлены на мужа. Сейчас мы разводимся. Имею ли я ко

рифуте, быстро сохнет и легко восстанавливает форму. А вот спать на так называемой ортопедической подушке из латекса не рекомендуется. Несмотря на заверение производителей, что подушка обеспечивает анатомически правильную поддержку головы и шеи, позволяет сохранять физиологические изгибы, исключая возможность защемления нервов и сосудов, появления мышечных спазмов в шее и плечах, а также головных болей, ортопедическая подушка для сна не годится. "Во-первых, сам латекс - твердый, а спать надо на мягком. Во-вторых,



ет А. Ситель.

"Людям с аллергией на пух, перо, шерсть мы рекомендуем отказаться от одеял и подушек с наполнителями животного происхождения, - говорит заведующая научно-консультативным отделом Института иммунологии Минздрава РФ. - Но

чем угодно укрываться".

Наряду с обычными в продаже есть подушки на молнии в комплекте с "запасным" наполнителем, который можно досыпать в чехол, если подушка окажется недостаточно пышной. При-

и менять их на новые не собираются - жалко выкидывать ценную вещь.

Цена одеяла, как и по-

шевле - от 100 до 2000 рублей.

Алексей МЯСНИКОВ.

ЧЬЯ КВАРТИРА?

Несколько лет назад мы приобрели квартиру. Во время покупки я была в санатории, и поэтому все документы на недвижимость оформлены на мужа. Сейчас мы разводимся. Имею ли я какие-то права на квартиру?

С. ХЛЫСТОВА. Мурманск.

Если между вами не заключен брачный договор (где прописаны условия владения собственностью каждым из супругов), а квартира приобретена после заключения брака, то не имеет никакого значения, кто из супругов записан в свидетельстве о собственности. Вам, как супруге, принадлежит половина квартиры, и специального документа на это не требуется. Если между вами нет спора, то разделить квартиру вы можете у нотариуса. Если же муж не захочет добровольно оформить раздел имущества, то придется это сделать в судебном порядке.

Я живу в приватизированной квартире. Три года назад вышла замуж и зарегистрировала своего мужа. Сейчас мы собираемся разводиться, детей у нас нет. Имеет ли мой муж право претендовать на мою жилплощадь?

Валентина КУБАСОВА. Ростов-на-Дону.

ЖИТЬ БУДЕТ

Поскольку квартира была в вашей собственности до брака, она не будет включена в состав общего супружеского имущества. Поэтому ваш муж не может претендовать на раздел квартиры. Однако он приобрел право постоянного проживания в квартире, которое сохранится за ним и после развода.

УВОЛИТЬ НЕ МОГУТ

Когда моему внуку исполнилось три месяца, дочь - сотрудницу коммерческого банка поставили перед выбором: либо выходи на работу, либо увольняйся. Могут ли они ее уволить?

Зинаида МОРОЗОВА. Самара.

Нет, не могут. На основании статьи 261 Трудового кодекса Российской Федерации "Расторжение трудового договора с женщинами, имеющими детей в возрасте до трех лет, одинокими матерями, воспитывающими ребенка в возрасте до четырнадцати лет (ребенка-инвалида до восемнадцати лет), другими лицами, воспитывающими указанных детей без матери, по инициативе работодателя не допускается" за исключением ликвидации организации либо прекращения деятельности работодателем - физическим лицом.

Полоса подготовлена при участии экспертов журнала "Спрос" и юристов кафедры "Правовые основы экономики" МГТУ "СТАНКИН"

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ!

ФАЛЬКО-ЕККЕЛЬ
Чудо-печка по немецкой лицензии
ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

Обогреет дом и дачу, **защитит** от неожиданных холодов парники и птичники, **приготовит** пищу. Не требует трубы дымохода и вытяжки. Практически не дает запаха, безопасна в эксплуатации, компактна.
Вес 5,5 кг. Работа без дозаправки 15 часов.
Топливо: дизельное (солярка), керосин.
Расход 2л/сут.

Цена чудо-печки указана с учетом доставки почтой.

ПРИГОТОВЛЮ САМ К СТОЛУ КАРБОНАТ И ВЕТЧИНУ!

С помощью этой коптильни всего за 1,5 часа вы сможете самостоятельно в домашних условиях приготовить деликатесы из мясных и рыбных продуктов и полуфабрикатов.
Цена домашней коптильни указана с учетом доставки почтой.

Габариты . . . . . 39,5 x 32,5 см
Масса . . . . . 5,3 кг

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ
☐ Чудо-печка Фалько-Еккель
☐ Домашняя коптильня
ФИО
Полный адрес (с индексом)

Наш адрес: 101000, Москва, Главпочтамт, а/я 344, "АА 31"

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ!

Человек постоянно находится под воздействием психической деятельности окружающих его людей, которая может оказывать как положительное, так и отрицательное влияние. Что же делать после того, как вы стали предполагать, что вас или ваших детей сглазили?

КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ СГЛАЗА

Прежде всего нужно успокоиться. Поэтому сначала расслабьтесь и старайтесь думать о чем-нибудь приятном. А в качестве "очистительных" средств от отрицательной энергии используйте огонь и воду.

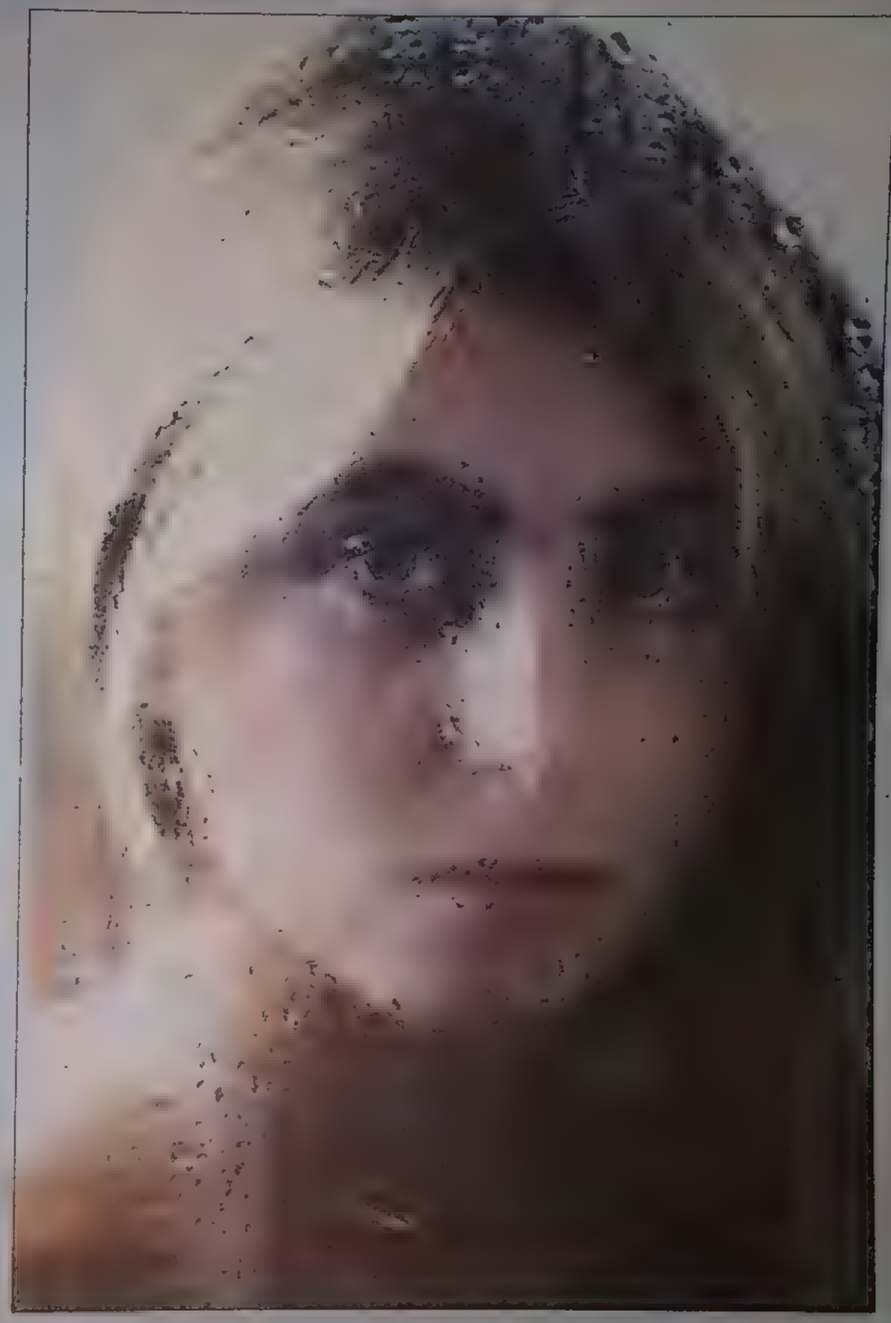
Примите душ. Постарайтесь, чтобы вода была как можно более прохладной.

Мокрой тряпкой трижды проведите линии в виде полуокружностей перед вашей входной дверью в квартиру (и снаружи, и внутри).

Возьмите свечу и зажгите ее. Сядьте, расслабьтесь и сконцентрируйте свой взгляд на всей свече. Затем только на пламени. Закройте глаза и мысленно представьте, что это костер. Бросьте в него сухую ветку (злую энергию недоброго человека). По времени упражнение длится 3-7 минут.

Иногда бывает, что "нехорошие люди" попадают к вам в дом. Чтобы избежать неприятностей, после их ухода возьмите свечу, зажгите ее и трижды сделайте крест в каждом углу комнаты, а также там, где находился неприятный гость, и перед входной дверью в квартиру. Таковы народные верования.

Анатолий САФОНОВ.



ХАНДРА ЛЮБИТ НЕБРЕЖНОСТЬ

Постарайтесь не давать волю своему плохому настроению, а самое главное - не пытайтесь анализировать себя под его влиянием, это сродни моральному самоубийству. И не принимайте в такой момент важных решений. Подождите, пока настроение улучшится.

вайте застаиваться телу и духу.

Если проблема связана с семьей, домом, начните с того, что очистите дом от грязной энергии. Сделайте генеральную уборку, разберите все уголки,

ции и жалостливая мимика действуют угнетающе на самого говорящего. Необходимо вырабатывать осанку, умение принимать правильную позу в любой обстановке, учиться владеть своим голосом - никаких

вызывает у вас депрессию или обескураженность. Неуклонно стремитесь к общению с людьми, пробуждающими в вас мысль и активное действие. Непременно общайтесь (а еще лучше - дружите!) с людьми моложе вас, с людьми энергичными, добрыми, веселыми. Уходите от однообразия. Больше рискуйте, пробуйте новые виды деятельности. Возьмите за правило ежедневно практиковать "воскрешение в памяти приятных мыслей и сцен". Если человек стремится к самоусовершенствованию, ему необходимы ощущения доброты и нужности людям, которые обычно посещают нас лишь изредка. Делать это регулярно, постепенно увеличивая время, выделяемое для подобной психической гимнастики.

Напишите на листе "Двадцать моих любимых занятий".

Отметьте, когда вы ими последний раз занимались.

Старайтесь каждый день находить время хотя бы для одного из намеченных занятий.

Если вы упали духом, вспомните положительные моменты жизни, запишите на бумажке и уберите в портмоне или прикрепите к двери. Ложась спать, прокрутите в сознании прожитый день и отберите самые приятные моменты.

Как можно чаще восстанавливайте в памяти то хорошее, что было в жизни. Переживайте снова минута за минутой эти ощущения, и они поднимут вам настроение. Начните день с выражения благодарности Богу, близким, друзьям, случайным прохожим.

Не спешите выбрасывать полученные поздравительные

ХАНДРА ЛЮБИТ НЕБРЕЖНОСТЬ

Постарайтесь не давать волю своему плохому настроению, а самое главное - не пытайтесь анализировать себя под его влиянием, это сродни моральному самоубийству. И не принимайте в такой момент важных решений. Подождите, пока настроение улучшится.

Впрочем, не ждите, а активно воздействуйте на свой настрой. А для этого попытайтесь все же определить его причину. Это может быть:

ситуация, когда вы явно или неявно проиграли в сравнении с кем-то. Одним махом с этим не справиться - придется поработать над тем, чтобы вовсе отказаться от мысленных сравнений с кем-то. Тем самым вы избавите себя от массы проблем;

страх перед будущим. Точнее - перед наступающей старостью или нищетой, критикой, неудачей в любви. Найдите эту болевую точку и... устраните ее. Раз и навсегда освободитесь от страха смерти, признав ее неизбежной; перестаньте бояться болезней, просто-напросто забыв все их симптомы; исключите из своего будущего нищету, решив преуспеть или обеспечить себя из иных источников... И вообще отвыкайте беспокоиться! Примите одно для всех случаев решение: ничто, предлагаемое жизнью, не достойно ваших волнений. И вы увидите, что вместе с этим решением к вам придут уравновешенность, ясность и спокойствие мысли. А это неизбежно ведет к душевному комфорту и счастью;

напоминание о каком-то неприятном событии в прошлом или в целом неудовлетворительная оценка прожитого, сделанного и т.д. Здесь рецепт один: прекратите "переписывать" свое прошлое, а главное - перестаньте себя жалеть, если судьба (семья, друзья, коллеги) обошлась с вами несправедливо. Не "оценивайте" вашу личность лишь потому, что вы до сих пор не сумели воспользоваться ею соответствующим образом;

ожидание надвигающейся беды. Если она приблизилась вплотную и сделать ничего нельзя, оцените ее объективно. Представьте себе наихудший вариант и убедитесь, что он не имеет глобального значения. Прокрутите эту ситуацию несколько раз. Еще полезнее проанализировать, что это: агония, катастрофа или просто неприятность. Скорее всего - вы преувеличиваете значение предстоящих событий.

Нередко нашу волю и оптимизм парализует какая-то проблема, которую не так-то просто не только решить, но и осмыслить. Для такого случая - несколько простых советов. Сделайте шаг. Совсем не обязательно, чтобы этот первый шаг привел к решению проблемы. Но без него невозможно начать. Действие рождает надежду, а надежда порождает следующее действие.

В любой трудной или неприятной ситуации прежде всего нужно запастись терпением. Примите как факт, что вам придется не раз и не два приходить, обращаться, просить, писать... Это позволит не раздражаться, лучше видеть перспективу, не рассматривать возникшее препятствие как вопрос жизни и смерти.

Двигайтесь, не давайте проблеме парализовать ваши физические силы. Несмотря ни на что, постарайтесь быть в форме. Плавайте, гуляйте, не давайте застаиваться телу и духу.

Если проблема связана с семьей, домом, начните с того, что очистите дом от грязной энергии. Сделайте генеральную уборку, разберите все уголки, шкафы, полки, избавьтесь от ненужных вещей. Вымойте зеркала и другие отражающие поверхности. Неподалеку от входной двери поставьте широкую емкость и наполните ее чистым, просеянным и прокаленным песком. Песок будет собирать отрицательную энергию, его периодически надо менять.

Постарайтесь блокировать стресс в самом начале, не поддавайтесь ему.

А теперь о том, как постоянно поддерживать свой дух и свое настроение, не допускать серьезных срывов.

Убежище. Закройте на несколько минут глаза и войдите в свое личное убежище - долину, хижину, замок. Когда ложитесь спать, представьте себе, что вы направляетесь туда. Психическое состояние зависит и от его внешних проявлений: робкая поза, неуверенная походка усиливают нерешительность, напряжение мышц лица, корпуса, суетливые движения усугубляют беспокойство и несобранность; просительные интонации и жалостливая мимика действуют угнетающе на самого говорящего. Необходимо вырабатывать осанку, умение принимать правильную позу в любой обстановке, учиться владеть своим голосом - никаких "не могу", "не получается"; никаких виноватых улыбок, жестикуляции, которые бы выдавали ваше состояние. Причем весь этот "театр" важен не только для окружающих, но и для себя самого. Аккуратность, радующая глаз одежда, прическа к лицу - все это "кирпичики" хорошего настроения. Хандра любит небрежность, неряшливость...

Осознайте, что отрицательные импульсы проникают в вас через подсознание, почему, собственно, их и трудно обнаружить. Стало быть, "застегивайтесь на все пуговицы" с людьми, общение с которыми

Как можно чаще восстанавливайте в памяти то хорошее, что было в жизни. Переживайте снова минута за минутой эти ощущения, и они поднимут вам настроение. Начните день с выражения благодарности. Кому? Близким, друзьям, случайным прохожим.

Не спешите выбрасывать полученные поздравительные открытки и письма от друзей. Перечитать их в минуты грусти и плохого настроения - отличная психотерапия!

Юлия СМИРНОВА.

НАДУВНОЙ МАТРАЦ-КРОВАТЬ

Идеален для отдыха на воде, на пляже, в лесу, дома. Флокированный (приятная на ощупь бархатная поверхность), водонепроницаемый, компактный.

- **King** (203 x 183 x 13см) **Цена - 1650 р.**
- **Queen** (203 x 152 x 13см) **Цена - 1500 р.**
- **Double** (191 x 137 x 13см) **Цена - 1350 р.**

НАСОС ДЛЯ МАТРАЦА И БАССЕЙНА

- **Цена 450 руб.**

НАДУВНОЙ БАССЕЙН

Спасет от изнуряющей жары. Имеет удобное расположение отверстия для слива воды. Прочный надувной пол обеспечивает дополнительную подушку.

- **Бассейн надувной,** 229x56 см. **Цена 1990р.**
- **Бассейн надувной,** 152x56 см. **Цена 1290р.**

ЗАКАЗЫВАЙТЕ (наложенным платежом)

☐ Матрац King ☐ Бассейн 229x56 см
☐ Матрац Queen ☐ Бассейн 152x56 см
☐ Матрац Double ☐ Насос

ФИО
Почтовый адрес (с индексом)

Наш адрес: 101000, Москва, Главпочтамт, а/я 344, "АД-34"

ПРИЕМ ЗАКАЗОВ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ

ПЕРВЫЙ РАЗ В НОВЫЙ КЛАСС

В этом году я перешла в другую школу. Как найти общий язык с новыми одноклассниками?

Женя К.
Липецк.

Первое, что тебе нужно сделать, придя в новый класс, - это присмотреться к ребятам: как они общаются, кто с кем дружит, кто лидер. Затем определи, кто из ребят тебе больше всего понравился, с кем нашлись общие интересы или увлечения. Вот с ними и начинай общаться в первую очередь. Ведь если ты увлекаешься компьютерными играми (восточными единоборствами, романами фэнтези, игрой на гитаре, имеешь собаку и так далее), тебе всегда будет о чем поговорить.

Кстати, одноклассники тоже будут присматриваться к тебе, оценивая, что за новенькая пришла к ним в класс. Поэтому постарайся произвести приятное впечатление - откажись от эпатажного прикида и вызывающего поведения. Не стоит противопоставлять себя уже сложившемуся коллективу, демонстрировать свою "крутизну", образованность или обеспеченность. Не следует также при каждом удобном случае вспоминать, какой замечательный был твой старый класс, какие у вас там были традиции. Вполне вероятно, что и этот класс окажется ничуть не хуже.

Но и не замыкайся в себе - не бойся спрашивать о чем-либо у одноклассников, не отказывай в помощи. Не превращайся в серую незаметную мышку.

Давно известно, что лучше всего сплачивает людей общее дело. Поэтому если умеешь рисовать - предложи свою помощь при оформлении стенгазеты, участвуй в субботниках, других школьных мероприятиях. Было бы замечательно, если бы вашему классу удалось сходить в поход. Как правило, в "полевых условиях" люди очень быстро находят общий язык. И если ты не будешь стоять в сторонке, в то время как одноклассники собирают хворост для костра, воротить нос от котелка с кашей со словами "я это не ем" и говорить, что песни под гитару режут тебе слух, из похода ты вернешься совсем своим.

Светлана ТРУБИЦЫНА,
психолог центра
"Ваш консультант".

ГЕРКУЛЕС ДЛЯ МАМЫ

Меня зовут Сергей, мне 14 лет. Я хочу предложить свой кулинарный "шедевр", которым иногда балую свою маму. Все очень просто, но тем не менее очень вкусно.

Разотрите 2 яйца с 50 г размягченного маргарина, добавьте стакан сахара, щепотку соли и 2 стакана подсушенного в духовке геркулеса. Выложите на сковороду, в которой предварительно нужно растопить еще 50 г маргарина. Поставьте в духовку и выпекайте минут 20.

Сергей ЧЕПАСОВ.
г. Кострома.

Напряги извилины

ПОИЩИ В СЛОВАХ СОЮЗЫ

Под разными предлогами
Союз между предлогами
Друзья расположили -
посуду получили.
Она сгодится, мол,
ребята,

По плечу нам стог сметать,
На возок сенцо
подать.
(ПА и ПИ)

"Я из двух нот,
друзья, могу -
Не зря мне
дан талант -
Создать
заморскую
деньгу!" -
Хвалился
музыкант.
(СОЛЬ-ЛО)

Отдельно

Друзья, возьмите два кола,
Овал меж ними поместите.

Коль скоро
мысль у вас
светла,
Пожалуйста,
оповестите
Нас о
полученном
ответе.
За светлость
мысли вы
в ответе!
(ИОХ-О-ИОХ)

Часть
корабля
- мой
первый
слог

Вам и для
роз, и для салата.
(В-а-за)

Я лежу всегда на дне.
"В" и "Ы" добавьте мне -
Превратимся мы тогда
В принадлежность для
труда.

деньгу!" -
Хвалился
музыкант.
(Соль-до)

Отдельно
нота
и частица,
А вместе
мельнику
сгодится
Для
разделения
муки.
Назвать
словечко помоги!
(Си-то)

в ответе!
(Кол-о-кол)

Часть
корабля
- мой
первый
слог,
Второй
- частица.
А итог
Морскую
вкупе
именует
рыбку.
Остерегитесь
впасть в
ошибку!
(Киль-ка)

"Кафе" слог первый
означает.
Второй - часть кроны
составляет.
Не денег - дерева любого.
Все вместе - "зверь".
Таков смысл слова.
(Бар-сук)

СКОЛЬКО БУДЕТ ДВАЖДЫ ДВА?

Таблицу умножения проходят в начальной школе. Но классу к 6-7-му она почему-то забывается. Более того, во многих школах, делая упор на развитие логических способностей и тренировку устного счета, учителя математики не приветствуют использование калькуляторов. Не расстраивайтесь. Умножать в уме - дело совсем несложное. Только подходить к этому нужно с позиции психологии, а не математики.

Если вам требуется умножать трехзначное число, средняя цифра которого 0 (например: 507, 308, 802 и так далее), само на себя, то результат можно получить очень быстро и вместе с тем просто. Действительно: 507x507=25 70 49; рассматривая произведение 25 70 49 нетрудно заметить, что: 25=5x5 (первая цифра нашего числа, умноженная сама на себя), 49=7x7 (последняя цифра данного числа, умноженная сама на себя) и 70=(5x7)x2 (две средние цифры произведения представляют собой удвоенное произведение крайних цифр данного числа).

Возьмем еще несколько примеров. Пусть требуется умножить 308x308. Вы рассуждаете так: 3x3=9 (первая часть искомого произведения); (3x8)x2=48 (вторая часть); 8x8=64 (третья часть). Итак, 308x308=9 48 64.

Учтите, что если средняя часть произведения у вас получится в виде трехзначного числа, то цифру следует прибавить к первой части произведения. Например: 807x807= 65 12 49 (8x8=64; 8x7x2=112; 7x7=49), окончательное произведение: 65 12 49.

Попробуйте произвести следующее умножение: 99x99; 999x999; 9999x9999; и т.д.

Произведения, которые вы получите, легко составить по одному и тому же принципу.

Действительно: 99x99=9801 (1 девятка, 1 восьмерка, 1 нуль и 1)

999x999=998001 (2 девятки, 1 восьмерка, 2 нуля и 1)

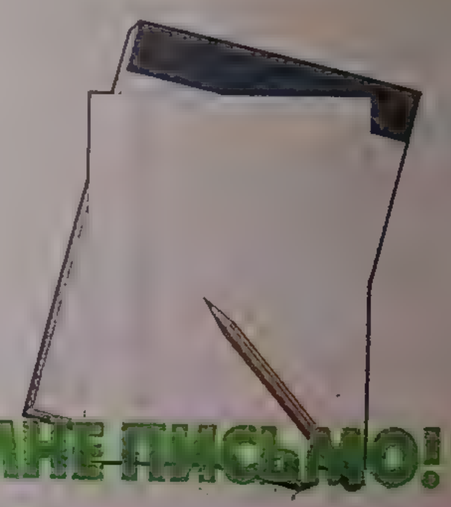
9999x9999=99980001 (3 девятки, 1 восьмерка, 3 нуля и 1).

Вы видите, что произведение всегда начинается с девяток, причем их на одну меньше, чем цифр во множимом, после этого всегда стоит одна восьмерка, затем идет столько нулей, сколько стоит впереди девяток и, наконец, последняя цифра произведения всегда единица.

Таким образом, вы можете, не умножая, написать, например, такое произведение: 99 999 999 x 99 999 999 = 9 999 999 800 000 001.

Кстати, если вы желаете прочесть полученное число, то разделите его на классы, по 3 цифры в каждом, и имейте в виду, что в 1-м классе (справа) стоят единицы, во 2-м классе – тысячи, в 3-м – миллионы, в 4-м – миллиарды, в 5-м – триллионы, в 6-м – квадриллионы. Таким образом, мы получили число: 9 квадриллионов, 999 триллионов, 999 миллиардов, 800 миллионов и 1 единицу.

Мария БАРАНЧИКОВА, психолог.



НАПИШИТЕ МНЕ ПИСЬМО!

Привет всем! Меня зовут Аня. Мне 14 лет (учусь в 9-м классе), Козерог. Занимаюсь спортом: волейбол, баскетбол; люблю слушать музыку. Хочу переписываться с девчонками и мальчишками. Возраст не ограничен. Отвечу всем (желательно фото).

Мой адрес: 618601, Пермская обл., г. Чердынь, ул. Коммунистическая, д. 50, кв. 3. Карасевой Ане.

Здравствуйте. Меня зовут Вика. Мне 13 лет. Я бы хотела найти новых друзей. Я люблю ходить в лес за грибами, ездить на рыбалку, кататься на велосипеде и играть в волейбол. Я учусь в 7-м классе.

Мой адрес: 658587, Алтайский край, Тюменцевский р-н, с. Шарчино, ул. Кулундинская, д. 57, кв. 2. Овечкиной Вике.

Приветик! Меня зовут Наташа. Мне 14 лет. Люблю ходить на дискотеки, слушать современную музыку, гулять по вечерам. По гороскопу я Стрелец. Хочу переписываться со всеми веселыми и интересными людьми независимо от возраста.

Мой адрес: 391430, Рязанская обл., г. Сасово, микрорайон "Северный", д. 1а, кв. 209. Логуновой Наташе.

Меня зовут Юля. Мне 13 лет. Учусь в 7-м классе. Изучаю французский и немецкий языки. Занимаюсь музыкой и танцами. Хочу найти друзей по переписке. Пишите, девчонки и мальчишки 12-14 лет!

Мой адрес: 390420, Рязанская обл., Чучковский р-н, пос. Авангард, Кондрашовой Юле.

К сожалению, живые изгороди редко встретишь на садовых участках. Чаще всего хозяева возводят забор из штакетника, плотных досок, металлической сетки или бетона. Если же вы доверяете своим соседям и вам не грозит нашествие кур, коз, свиней или коров, то можете отделиться от них не забором, а высокой живой изгородью.

ЗЕЛЕНЫЕ СТЕНЫ

Изгородь из растений естественно впишет ваш сад в окружающий ландшафт, скроет неприглядный пейзаж, визуально расширит участок. Даже не стригущаяся, свободно растущая живая изгородь украсит сад цветением и станет прекрасным фоном для цветочно-декоративных растений. Поможет поделить сад на функциональные зоны, а также создать уютные зеленые комнаты.

Итак, с чего начать? Во-первых, хорошо продумайте, где лучше разметить живую изгородь. Во-вторых, определитесь с видами растений, из которых она будет состоять. Растения обычно подбираются с учетом экологических и климатических факторов, ваших личных пристрастий, а также функциональности и финансовых возможностей.

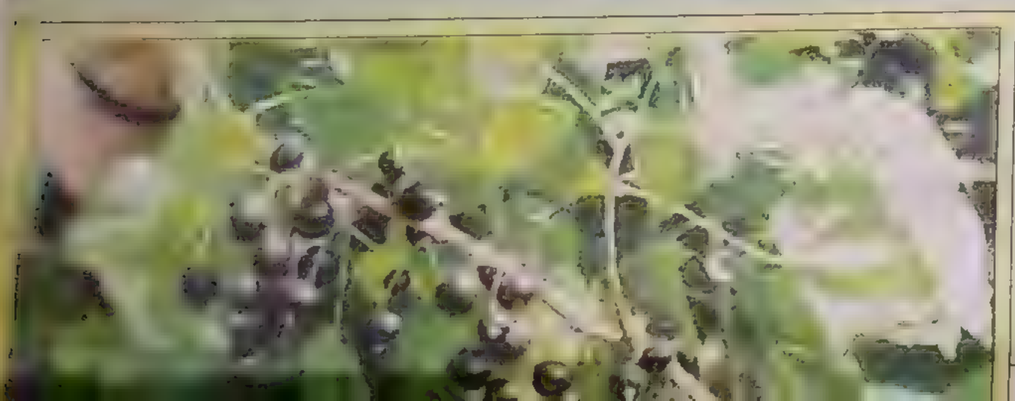
Вы можете устроить на своем участке очень декоративную изгородь из цветущих кустарников. Но чтобы цветение не угасало одновременно, подберите кусты с разным временем цветения. Если же ваша будущая живая изгородь должна нести функцию охраны, то посадите колючие кустарники, такие, как боярышник, барбарис, хеномелес, кизильник, мох серебристый. Боярышник даже при безжалостной стрижке прекрасно вырастает, образуя поистине непроходимые дебри высотой 1-4 м. Конечно же на формирование такой изгороди уйдет не один сезон, поэтому ее посадку вы можете начать одновременно со строительством дома.

Вдоль линии, которую будет занимать изгородь, разметьте землю с помощью шпагата и колышков. Затем выкопайте траншею шириной 40-90 см и глубиной 40-60 см в зависимости от вида растений и уровня грунтовых вод. На заболоченных участках, а также на участках с глинистыми почвами необходимо сделать дренаж путем засыпки в траншею песка и щебня слоем 15-20 см. Затем заполните траншею смесью, состоящей из верхнего плодородного слоя, перегнившего компоста, торфа и песка. На каждый погонный метр траншеи добавьте по 2-3 пригоршни комплексного минерального удобрения. Почву хорошо перемешайте и уплотните. Если заполняете траншею непосредственно перед посадкой, то растения сажайте с учетом дальнейшего оседания земли.

При покупке растений не стремитесь выбрать сразу очень большие. Они хуже приживаются, да и сформированы чаще всего неправильно. Посадку 2-3 разных изгородей производите в шахматном порядке с интервалом между растениями 30-40 см. Сразу после посадки обрежьте секатором некрасивые или поврежденные ветки. Первую после посадки формовочную стрижку лучше провести весной, в начале вегетации: в мае - начале июня. При этом можете смело обрезать до половины прироста побегов. В первый год вегетации сделайте две стрижки, в последующие годы их количество увеличьте до 4-6 у быстро растущих растений и до 3-4 у медленно растущих.

Выращивая живые изгороди, помните, что такая плотная посадка из растений забирает массу полезных веществ. Поэтому регулярно подкармливайте их и мульчируйте торфом или молотой древесной корой.

Анна ЯНИНА,
фитодизайнер.



ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3

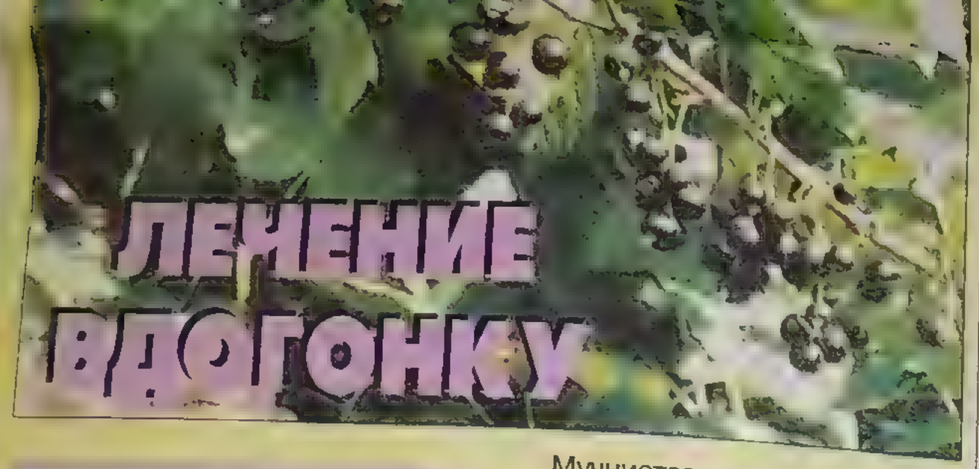
220 В, 1,5 кВт - от 11200 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - 5200 р.

М. Ленинский просп., 5 Донской пр-д, 21б, проходная ЭНИМС

Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88



ЛЕЧЕНИЕ ВДОГОНКУ

В этом году кусты черной смородины довольно сильно были поражены мучнистой росой. Белый налет покрывал почти все верхушки молодых побегов. Когда созревали ягоды, мы даже не помышляли их опрыскивать. Но вот урожай собран. Нужно ли теперь обрабатывать растения или зимой все грибки мучнистой росы погибнут сами?

Лидия СМИРНОВА.
г. Нижний Новгород.

Мучнистая роса - это действительно грибное заболевание, которое прогрессирует во время влажной прохладной погоды. А ведь именно такая была в первой половине лета. Совершенно правильно, что вы не обрабатывали пораженные кусты. Здоровье дороже. Однако оставлять растения с признаками заболевания в зиму не стоит. Споры грибов мучнистой росы опадут вместе с больными листьями и на следующий год станут источниками инфекции. Поэтому все пораженные верхушки побегов следует обрезать и сразу же сжечь. Крону смородины теперь, когда урожай уже собран, можно обработать бордосской жидкостью или иным противогрибковым препаратом. Если заболевание поражает кусты сильно в течение нескольких лет подряд, то, скорее всего, нарушен микроклимат сада. То есть плодовые растения посажены слишком тесно, и циркуляция воздуха между ними затруднена.

ТОВАРЫ - ПОЧТОЙ

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1170 р.**
Эл. сепаратор (220 В, 55 л/час, гарантия 12 мес.) **1451 р.**
Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1679 р.**
Эл. мясорубка (вес 4 кг, гарантия 1 год, в комплекте - соковыжималка) **1451 р.**
Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **945 р.**
Озонатор (220/12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1480 р.**
Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1523 р.**
Цена включает все затраты и действительна **до 30.09.2003 г.**

ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, телефон 8-383-2-74-04-42.

Раздел ведет обозреватель "Друга дома" - агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ

...растений не стремитесь выбрать сразу очень большие. Они хуже приживаются, да и сформированы чаще

...ленно растущих.

Выращивая живые изгороди, помните, что такая плотная по-

проходная ЭНИМС

Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

ОНА ЗАВЯЗАЛА ПЛОДЫ!

Сансевьера трехполосая в комнатных условиях цветет, прямо скажем, нечасто. А если точнее, то редко. Один раз в 3-4 года, да и то не у всех. А у меня в этом году зацвели почти одновременно три растения. Сразу оговорюсь, что никаких особых условий растениям я не создавал. Стоят они на западном окне, горшки среднего размера, земля обычная садовая. Большая часть бутонов распустилась ранней весной, в начале марта. По квартире, как обычно, распространился приятный жасминово-ландышевый аромат, а по цветоносу стекали густые капли нектара. Однако очень скоро восхищение сменилось удивлением. Когда цветы увяли, то на их месте стали развиваться плоды. При этом никакие насекомые в доме не летали (ведь на дворе еще лежал снег), следовательно, речь могла идти только о самоопылении. Росли и созревали плоды довольно долго, не менее трех месяцев. К середине лета это были красные ягоды размером с горошину. Почти половину объема каждого плода занимала косточка.

Чтобы повторилось это удачное плодоношение, другое цветущее растение сансевьеры я, как только на улице стало тепло, вынес в сад в надежде, что ароматные и медоносные цветы опылят шмели или бабочки. Однако, несмотря на все старания насекомых, ни одной ягоды так и не завязалось.

Судя по всему, плодоношение сансевьеры в комнатных условиях - явление достаточно редкое. По крайней мере, просмотрев несколько солидных справочников, ни одного упоминания о красных плодах я так и не нашел. Семена я посеял и теперь буду терпеливо наблюдать, что из них вырастет. О результатах непременно сообщу. А если у кого из цветоводов-любителей сансевьера тоже плодоносила и есть опыт выращивания сеянцев, то убедительная просьба рассказать о нем. Уверен, что это будет интересно многим любителям комнатных растений.

Михаил МОРКОВКИН.
г. Химки
Московской области.

КОПТИЛЬНЯ ИЗ ВЕДРА

Когда я отправляюсь на рыбалку с ночевкой, обязательно беру с собой старое металлическое ведро. Оно с дырявым дном - это моя переносная коптильня. Небольшой отрезок водосточной трубы служит дымоходом. Ведро устанавливаю на фундамент из камней, внизу ведра - трубу, чуть ниже кладу сухие дрова, сверху прикрываю жестью. Дым по трубе идет в ведро, сверху которого - чистая мешковина. Выпотрошенную и посоленную рыбу подвешиваю так, чтобы одна рыба не касалась другой. Когда огонь разгорится, подкладываю сухие дрова лиственных пород, дающие густой дым. Копчение рыбы продолжается один час. Рыба получается ароматной, темно-золотистой.

Мокрые дрова для копчения не пригодны, и вообще лучший дым дают сухие, гнилые дрова только лиственных пород. После копчения коптильню разбираю, очаг тщательно заливаю водой, присыпаю землей.

Бернард ДУХНЕВИЧ.
Москва.

ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ! (К)

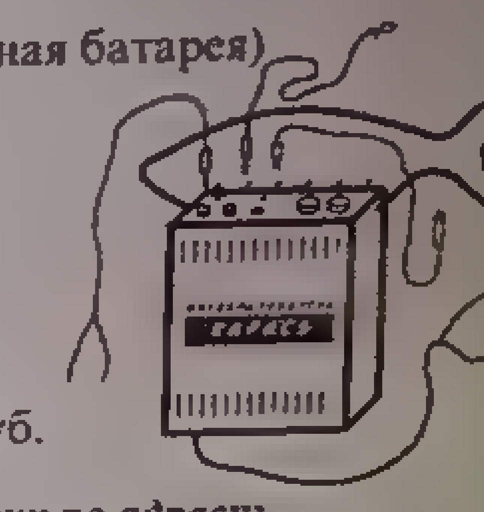
Преобразователь электрической энергии «*КАРАСЬ*»

Предназначен для отлова рыб-производителей, больной, сорной рыбы без причинения вреда рыбе и окружающей среде. Принцип работы основан на анодной реакции рыб.

Технические характеристики

Напряжение питания	12В (аккумуляторная батарея)
Максимальная мощность	400 Вт
Радиус действия	до 4 метров
Габаритные размеры	190х116х68 мм
Масса	0,8 кг

Регулируемая частота и скважность.
Изделие сертифицировано.



Гарантия 1 год.
Отпускная цена 1280 руб.

Возможна отправка по почте наложенным платежом.
Стоимость 1520 руб. (цена прибора + почтовые сборы + оплата перевода).

Заявки по адресу:
630129, г. Новосибирск 129, а/я 80
ООО «ОЛСА-СЕРВИС» Тел. 8 (383-2) 74-04-42

ВМЕСТО НОЖЕК

Я прочитал в "Друге дома", как можно сделать ножки для стола-крышки секретера. Предлагаю более простой способ. Правда, годится он только для тех конструкций секретеров, в которых снизу под откидной крышкой есть открывающиеся дверцы. Сверлить ничего не надо - вырежьте из дерева упоры, оклейте сверху и в прорезях сукном и подставляйте, как показано на рисунке.

Иван ПАСЕЧКИН.
Москва.

НЕ В СЕКС-ШОП, А К ВРАЧУ

Так бывает: живет себе некто, убивает время на ... - и вдруг оказывается, что отсчет жизни ... или даже месяцы...

диагноз. Да и что там бывает - только простатит. Вот его будем лечить 3 раза в год антибиотиками... Между тем бес-...

- пробуй нечто полумедицинское, полупрофилактическое. Не помогает - иди к врачу. И весь этот путь должен занимать не более 3-4 месяцев.

стоит проявлять естественную (пусть даже излишнюю) онкологическую настороженность: снижение потенции, учащение мочеиспускания, неприятные ощущения внизу живота и в промежности - повод для посещения врача, а не секс-шопа. Причина ...

НЕ В СЕКС-ШОП, А К ВРАЧУ

Так бывает: живет себе некто, убивает время на пустяки - и вдруг оказывается, что отсчет жизни уже идет на считанные годы или даже месяцы... Причем первый звоночек порой звучит со стороны сексуальности: да, доктор, не получается - жена не возбуждает, работаю много да еще и выпиваю. Как - злокачественное?! Не может быть...

Между тем нередко такие простенькие симптомы, как нарушение потенции, невнятные боли в промежности, небольшая примесь крови в моче или сперме, могут быть грозными признаками не воспаления или невроза, а онкологического заболевания.

Рак простаты нынче выявляют почти с такой же частотой, как рак легких, хотя свои особенности в этом есть. Еще лет 30-40 назад рак простаты распознавали по метастазам, то есть на конечной стадии, когда вмешательство практически безнадежно. Но сейчас существует несложный анализ на так называемый простатоспецифический антиген (ПСА). Его уровень растет при простатите, еще выше при аденоме простаты и зашкаливает при раке на самой ранней стадии. Поэтому всем мужчинам старше 45 необходимо 2 раза в год делать этот анализ, чтобы потом не было мучительно больно...

К сожалению, рак простаты никак не проявляет себя на ранних стадиях. Более того, он может существовать годами и десятилетиями, так называемой скрытой стадии, не давая никакой симптоматики. У мужчин преклонного возраста заболевание выявляют лишь после смерти - они не дожили до обострения рака.

Но иногда рак делает молниеносный скачок и становится не просто проблемой, но стержнем жизни, вокруг которого ходит смерть... Поэтому ни один мужчина не должен рассчитывать на то, что судьба будет милостива именно к нему, нужно самому поддерживать и направлять ее.

Порой мужчина регулярно наблюдается и проходит профилактическое лечение по поводу простатита, других воспалений мочеполовой системы, но за долгие годы так ни разу и не сдает анализ на ПСА И не его в этом вина. Ведь наблюдаться он может в частной клинике, которая не имеет своей лаборатории, а послать пациента на обследование в другое место жалко - он может и не вернуться...

Еще сложнее, если это наблюдение у частного врача. Порой они страдают "суперпрофессионализмом", основанным на элементарном невежестве: я по внешнему виду определяю, чем болен пациент, а всякие исследования - это просто чтобы создать антураж... Роковой диагноз пациента вызывает искреннее недоумение: ай-ай-ай, а так хорошо выглядел...

А есть ведь еще и самолечение. Я знаю, где у меня болит, я знаю, что там есть, а потому и сам могу поставить диагноз. Да и что там бывает - только простатит. Вот его будем лечить 3 раза в год антибиотиками... Между тем беспорядочное назначение антибиотиков способно нанести вред мужчине ничуть не меньший, чем беспрепятственное развитие воспаления. Сплошь и рядом самолечение приводит не к выздоровлению, а к переходу болезни в скрытую форму. Кроме того, развивается молочница, другие осложнения и побочные явления терапии антибиотиками. Наконец, попеременные нагрузки от антибиотиков и обострений простатита крайне отрицательно сказываются на потенции мужчины.

Ведь есть еще и вирусы, которые от антибиотиков практически не страдают. А внешние проявления вирусной инфекции - кондиломы - встречаются на профилактических осмотрах почти у половины мужчин. Выглядят кондиломы, как бородавки, располагающиеся на половых органах, промежности, внутренней поверхности бедер, в области заднего прохода.

Вирусы ослабляют иммунитет человека, способствуя другим заболеваниям. Кроме того, существует вирусная теория рака, так что пропускать такие образования не стоит.

Конечно, привыкнув лечиться самостоятельно, человек в первую очередь обращается не к врачам, а к магам и целителям, посещает секс-шоп в поисках мазей и приспособлений для улучшения потенции. В этом нет ничего страшного, если не считать такую стадию окончательной.

Здравый смысл диктует: если что-то не ладится, измени это в себе. Нет улучшения - пробуй нечто полумедицинское, полупрофилактическое. Не помогает - иди к врачу. И весь этот путь должен занимать не более 3-4 месяцев. Между тем до сих пор урологи и онкологи выявляют вполне здравомыслящих мужчин, которые годами избегали контактов с официальной медициной, а в поле зрения врачей оказывались лишь в конечной стадии процесса.

Так что каждому мужчине стоит проявлять естественную (пусть даже излишнюю) онкологическую настороженность: снижение потенции, учащение мочеиспускания, неприятные ощущения внизу живота или в промежности - повод для посещения врача, а не секс-шопа, причина пройти анализ на ПСА, выслушать мнение компетентного врача на основании вовремя сделанных исследований.

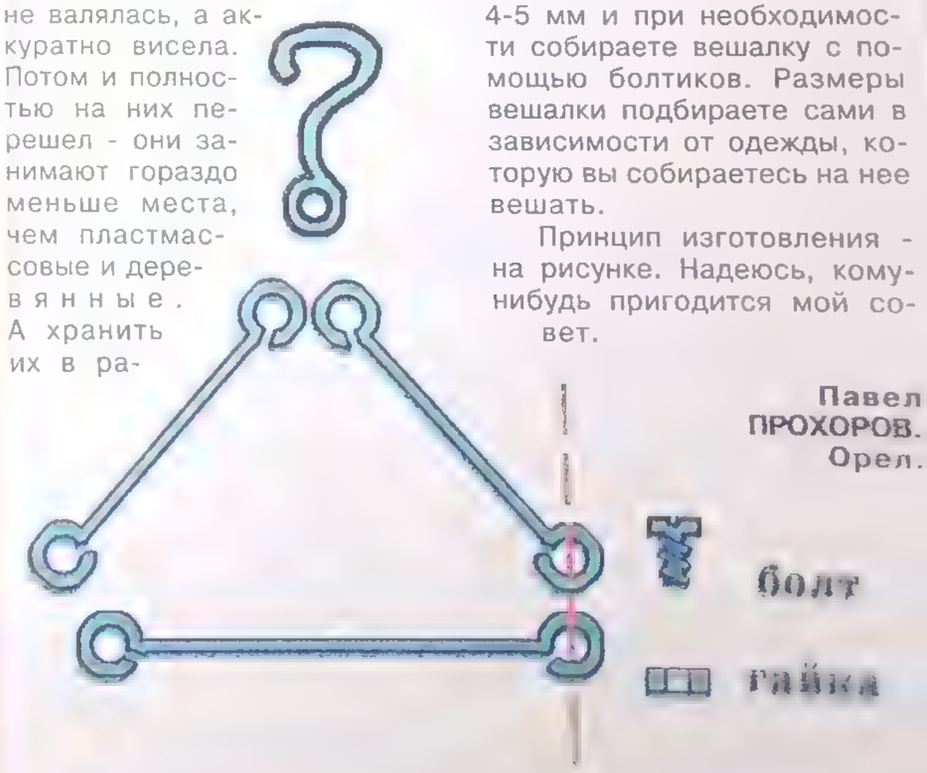
Юрий ПРОКОПЕНКО,
врач-сексопатолог,
кандидат
медицинских наук.

ПОХОДНЫЙ ВАРИАНТ

Знаете, наверное, сколько места занимают в шкафу вешалки для одежды. Я разработал сборно-разборные вешалки.

Сначала я их использовал исключительно как походный вариант - на дачу поехать, еще куда, чтобы одежда не валялась, а аккуратно висела. Потом и полностью на них перешел - они занимают гораздо меньше места, чем пластмассовые и деревянные. А хранить их в разобранном виде и вовсе удобно. Делаются такие вешалки из прутка-"нержавейки" 4 мм. Каждая вешалка - четыре детали: два "плеча", крючок и нижний пруток. На концах с помощью круглогубцев или на оправке делаете колечки диаметром 4-5 мм и при необходимости собираете вешалку с помощью болтиков. Размеры вешалки подбираете сами в зависимости от одежды, которую вы собираетесь на нее вешать.

Принцип изготовления - на рисунке. Надеюсь, кому-нибудь пригодится мой совет.



Павел ПРОХОРОВ.
Орел.

Когда еще вволю полакомишься арбузами, как не в сентябре? Но можно растянуть это удовольствие на целый год. Правда, арбуз тогда превратится из сладкого десерта в соленую закуску. И сегодня в Клубе взаимопомощи по просьбе Светланы ПУГАЧ из Магнитогорска наши читатели поделились своими способами заготовки арбузов на зиму.

АРБУЗЫ ИЗ ПОГРЕБА

Вот какие рецепты предложила **Светлана СУХАНОВА** из Оренбурга.

АРБУЗЫ СОЛЕНЫЕ

Зрелые, одинаковые, с целой кожурой арбузы вымойте, проколите в 10-12 местах деревянной иглой. Уложите в бочки и залейте рассолом (0,8-1 кг соли на 10 л воды). Оставьте на сутки перебродить. Затем долейте бочки доверху рассолом, плотно закройте деревянными крышками с полотняными прокладками и храните в погребе. Через 10-11 дней арбузы будут готовы.

АРБУЗЫ СОЛЕНО-СЛАДКИЕ

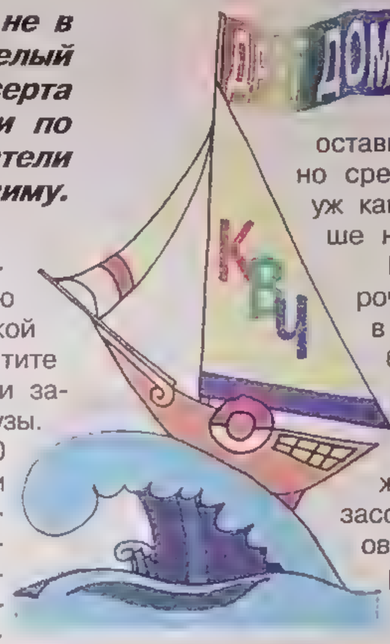
Мелкие арбузы сложите в емкости, наколов каждый из них в нескольких местах деревянной палочкой. Залейте рассолом, приготовленным из расчета 400 г соли и 1,2 кг сахара на ведро воды, накройте деревянными кружочками и положите под гнет, чтобы арбузы не всплывали. Готовы арбузы будут примерно через месяц.

АРБУЗЫ, СОЛЕННЫЕ В КАПУСТЕ

Маленькие арбузы (весом до 2 кг) без повреждений вымойте, уложите рядами в бочку, трехлитровые банки. Залейте кипятком и оставьте на 15-20 минут. Затем слейте воду из банки в эмалированную посуду, добавьте в эту воду 150 г сахара, 100 г столового уксуса, столовую ложку с горкой соли. Вскипятите этот рассол и залейте им арбузы. Оставьте на 10 минут. Затем рассол вскипятите и залейте им арбузы. Закатайте металлическими крышками, переверните, накройте одеялом до полного остывания.

А вот **Виктор АКИМОВ** из г. Видное Московской области предлагает засаливать арбузные корочки.

Арбуз нарежьте дольками. Ножом срежьте спелую сердцевинку и съешьте ее. Но срезать нужно так, чтобы на корке оставался слой спелой мякоти толщиной 2-3 мм. Так корочки получатся более аппетитными и красивыми на вид. Большие корки нарежьте на кусочки. Наружный зеленый слой можно оставить, а можно срезать. Здесь уж как вам больше нравится.

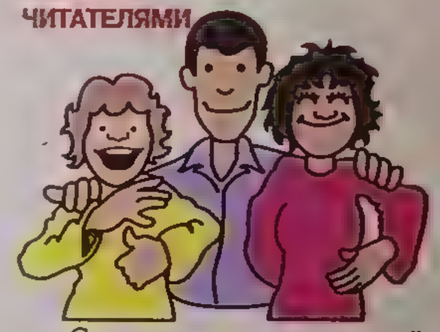


Кусочки корочек уложите в стеклянную банку, туда же положите специи, те же, что и для засолки других овощей - лавровый, вишневый, смородиновый листочки, листья хрена, укроп. Залейте рассолом, приготовленным из расчета 50-60 г (2-3 столовые ложки) соли и столовая ложка сахара на 1 л воды. Банку закройте пластмассовой крышкой. Можно солить и в эмалированной кастрюле, тогда накрывать нужно чистой марлей или тряпочкой. Вкусно получается и так и так. Это угощение ничуть не хуже огурцов и помидоров. Хранить соленья нужно в прохладном месте. Таким образом арбуз вы используете без остатка.

Кстати, так же можно сохранить и дыню. **Вера СЕЛИВАНОВА** из Красногорска Московской области предложила свой способ маринования дынь.

Не совсем зрелую дыню, очищенную от кожицы и семян, нарежьте небольшими кусочками, сложите в миску, пересыпая каждый ряд мелким сахаром. Приготовьте маринад, состоящий из 3 частей столового уксуса и двух частей сахара. По вкусу добавьте пряности: гвоздику, корицу. Оставьте на ночь. Утром сироп слейте, доведите до кипения, а затем опустите в него дыню. Остудите, разложите в банки и завяжите пергаментной бумагой.

А ТЕПЕРЬ НОВЫЕ ВОПРОСЫ, ПРИСЛАННЫЕ В КЛУБ ВЗАИМОПОМОЩИ НАШИМИ ЧИТАТЕЛЯМИ



Очень нужна схема устройства печки для холодного копчения рыбы и технология самого процесса в домашних условиях.

Ольга МЕЛЬНИКОВА.
пос. Подлорожье, Карелия.

Внуку всего 2 месяца, а у дочки уже заканчивается грудное молоко. Есть ли какие-нибудь народные способы, как увеличить его количество?

Людмила БОРИСЕНКО.
Волгоград.

СЕКРЕТЫ ВКУСНОГО СУПА

Секрет первый гласит, что продукты нужно класть только в кипящую воду. В холодной воде есть ферменты, вызывающие ся в жире, придавая супу красивую окраску. Ароматические вещества также хорошо поглощаются жиром. А из лука удаляются

лу в процессе тушения. Кроме того, красители овоща в присутствии уксуса лучше сохраняются.

Шестой секрет поможет каждому ингредиенту проявить себя

зать в соответствии с размером и формой остальных продуктов.

Для супов с вермишелью - соломкой, с макаронами - брусочками, с фигурными изделиями - звездочками и кружочками, с бобовыми - мелкой крошкой.

Во время варки овощи сохранят форму, суп будет красивым.

Еще один секрет в том

АРБУЗЫ, СОЛЕННЫЕ В КАПУСТЕ

Маленькие арбузы (весом до 2 кг) без повреждений вымойте, уложите рядами в бочку, чередуя с нашинкованной капустой. Первый слой - капустный. Его толщина должна быть не менее 10 см. Затем выкладывайте арбузы на расстоянии 2 см друг от друга и стенок бочонка. Пустоты между арбузами и стенками засыпьте капустой. На верхний слой арбузов тоже выложите капусту так, чтобы до краев бочонка оставалось не менее 5-10 см. Наполненный бочонок накройте марлей, а сверху положите деревянный круг с гнетом. Храните такие арбузы в прохладном месте. В тепле они быстро закисают.

Поделилась своими рецептами и **Хадижат ИБРАГИМОВА** из села Спирино Новосибирской области.

Арбузы нарежьте и заполните ими стерилизованные

СЕКРЕТЫ ВКУСНОГО СУПА

Секрет первый гласит, что продукты нужно класть только в кипящую воду. В холодной воде есть ферменты, вызывающие окисление витамина С и других веществ, и поэтому заливать овощи холодной водой - ошибка.

Второй секрет - не кладите в кастрюлю все продукты сразу. Иначе одни из них успевают перевариться, а другие останутся сырыми. Последовательность такова: свежая капуста, на 5-10 минут, потом картошка, пассерованные (прогретые с жиром) овощи - в самом конце варки.

Секрет третий. Пассеровать овощи и томаты лучше в посуде с толстым дном, помешивая деревянной ложкой или лопаточкой, не давая зарумяниться.

Морковь и томаты содержат каротины, из которых в организме образуется витамин А. Эти вещества красно-оранжевого цвета при пассеровании растворяются в жире, придавая супу красивую окраску. Ароматические вещества также хорошо поглощаются жиром. А из лука удаляются вещества, обладающие резким вкусом.

Хитрость четвертая. Перед тем как положить в щи квашеную капусту, нужно потушить ее отдельно с жиром в небольшом количестве жидкости. Капуста при длительном тушении теряет излишнюю остроту, приобретает приятный аромат. Но главное - в ней разрушается молочная кислота, которая в щах задерживает размягчение капусты и других овощей.

Пятый секрет - "свекольный". Свеклу нужно тушить отдельно, с добавлением жира и уксуса, в небольшом количестве жидкости. Тут еще одна особенность: если уксус добавить прямо в борщ, можно сделать его кислым. Нужного вкуса достичь несложно, если постепенно добавлять его в свеклу в процессе тушения. Кроме того, красители овоща в присутствии уксуса лучше сохраняются.

Шестой секрет поможет каждому ингредиенту проявить себя в супе.

Картофель нужно варить до полуготовности и только потом класть кислые продукты: квашеную капусту, тушеную свеклу с уксусом, соленые огурцы. Кислота мешает размягчению картофеля, и при варке он "дубеет". Соленые огурцы очистите от кожицы, разрежьте вдоль на 4 части, удалите грубые семена, нарежьте ромбиками, добавьте немного воды и припустите отдельно до размягчения, иначе в супе они будут твердыми.

Пассерованные овощи, лавровый лист, перец горошком кладут в конце варки, чтобы при длительном кипении они не потеряли аромат.

Овощи для супа нужно нарезать в соответствии с размером и формой остальных продуктов.

Для супов с вермишелью - соломкой, с макаронами - брусочками, с фигурными изделиями - звездочками и кружочками, с бобовыми - мелкой крошкой.

Во время варки овощи сохранят форму, суп будет красивее.

Еще один секрет в муке.

Для заправки супов ее, смешав предварительно с маслом или жиром, пассеруют, помешивая, до появления светло-кремового цвета. Мука при этом теряет запах сырости, приобретает ореховый вкус и аромат и дает супу клейкость. Ей нужно дать немного остыть, развести небольшим количеством бульона, хорошо размешать и потом уже добавить в суп. Супы можно заправлять и картофелем, вынутым из супа и размятым (это, кстати, хорошо, когда варите пельмени с бульоном).

Татьяна СЕРЕДКИНА.
г. Усолье-Сибирское Иркутской области.

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

Необыкновенное средство для похудения (на 100% натуральное), чтобы потерять 10, 15 и даже больше, чем 20 кг.

Beauton-C (с витамином С) на основе Хитозана является натуральным продуктом. **Beauton-C** имеет уникальную способность связывать жиры. Основной принцип действия **Beauton-C:** нормализуется обмен веществ в организме, благодаря чему Вы худеете. Результатом использования **Beauton-C** есть снижение веса на 3-6 кг за неделю. Это отмечали все специализированные издания: при нормализации обмена веществ организм избавляется от лишнего веса.

Вопрос: Как это может быть?

Ответ: Последние экспериментальные исследования показали, что Хитозан является липофильным веществом (имеет свойства связывать жиры). Поэтому сразу после начала программы снижения веса с **Beauton-C**, организм начинает обрабатывать накопленные с годами излишки. [illegible] который начал принимать [illegible] может продолжать есть [illegible] хочется и при этом [illegible] свои лишние килограммы и сантиметры без какой-либо диеты.

Вопрос: О каком натуральном веществе, кроме витамина С, идет речь?

Ответ: Хитозан добывается из панцирей креветок и крабов. Хитозан не усваивается организмом, соответственно не имеет калорий и является в пищевом отношении инертным веществом. Таким образом, основным свойством Хитозана в диетических программах есть его использование как адсорбента жира, что делает жир биологически недоступным для усвоения. Комбинация Хитозана с витамином С продемонстрировала свою эффективность на тысячах пациентов, которые имели лишний вес, и показала самый быстрый способ избавления от него.

Вопрос: На сколько килограмм за неделю может похудеть человек, которому до этого никак не удавалось похудеть?

Ответ: Если Вы должны уменьшить свой вес на 10 кг, то будете худеть в среднем на 3 кг в неделю. Если Вы должны уменьшить свой вес больше, чем на 10 кг, то будете худеть еще быстрее. Некоторые люди, которые хотели похудеть больше чем на 15 кг, на протяжении первой недели теряли до 6 кг, а потом по 3-4 кг на протяжении следующих недель.

Вопрос: Как нужно принимать этот препарат?

Ответ: Оптимальный прием от 2 до 4 таблеток (в зависимости от желаемых темпов похудения, дозировку можно увеличивать или уменьшать), 2 или 3 раза в день, запивая стаканом воды. Принимать до или сразу после еды. Жировые отложения начинают быстро исчезать и уже с первой недели Вы можете увидеть результаты в зеркале и когда взвешиваетесь.

Вопрос: Я пыталась похудеть, применяя разные методы, но ни одного эффективного результата. Почему в этот раз должно быть иначе?

Ответ: Это потому, что нормализованный при помощи **Beauton-C** обмен веществ является природным и лишние жиры перерабатываются самим организмом. Все, кто попробовали этот способ, похудели. Так что, нет никакой причины считать, что этот препарат, который оказался эффективным для всех, не подействует на Вас. Кроме того, использование **Beauton-C** не требует:

- никаких усилий силы воли и
- никакой диеты;
- никаких изнурительных физических упражнений.

Так что, если Вы уже попробовали все и не получили результата, если Вам не удается похудеть или оставаться стройной, не отчаивайтесь. Попробуйте еще раз, и в этот раз все будет хорошо. Вы действительно сможете похудеть и оставаться стройной, как Вы всегда мечтали.

beauton-C

рег. № 004177.И.251.06.2002

Купон заказа

Вырежьте и вышлите в конверте по адресу: 105043, г.Москва, а/я 77, ООО "МЕДКОМПЛЕКС"

Да, я хочу сбросить лишние килограммы благодаря Beauton-C на основе Хитозана.

Дата рождения...../...../19..... Мой сегодняшний вес.....кг. Мой идеальный вес..... кг.

☐ **Я заказываю стабилизирующий курс (от 1 до 7 лишних кг) и оплачу мой заказ на почтовом отделении или Сбербанке сумму 529 руб.**

☐ **Я заказываю оптимальный курс (от 8 до 15 лишних кг) и оплачу мой заказ на почтовом отделении или Сбербанке сумму 849руб.**

☐ **Я заказываю интенсивный курс (больше 15 лишних кг) и оплачу мой заказ на почтовом отделении или Сбербанке сумму 1199 руб.**

Выберите способ оплаты

☐ **Предоплата - почтовый перевод на расчетный счет 40702810100001112700 в МКБ "МОСКОМПРИВАТБАНК", г. Москва, кор. счет 30101810400000000342, БИК 044585342, ООО"МЕД КОМПЛЕКС", ОКПО 58115897, ИНН 7703303322.**

Квитанцию об оплате отправьте вместе с купоном заказа.

☐ **Наложенный платеж** - *плюс 20 % к указанной цене*

Фамилия ..... Имя .....

Отчество.....Адрес: индекс ☐☐☐☐☐☐

область,город, район,село.....

.....

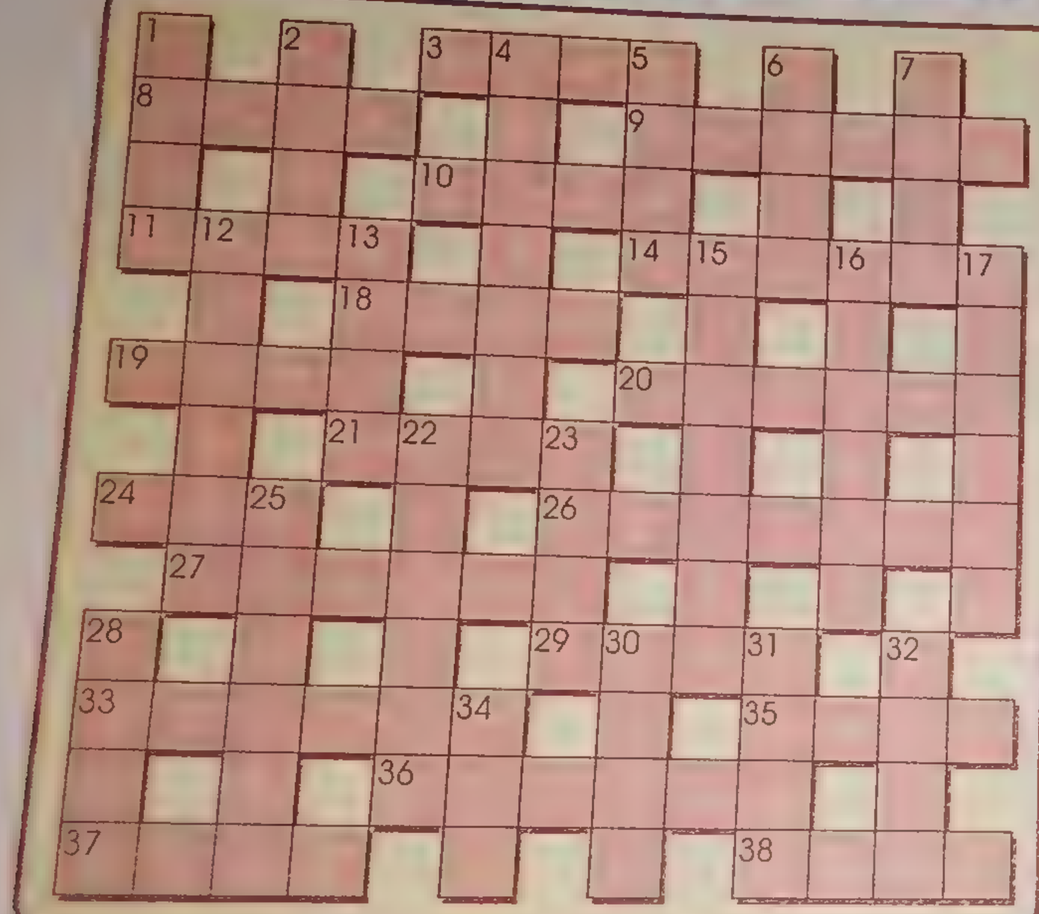
Улица.....

Дом ..... кв ..... тел .....

Подпись .....

09 - 2003 143/1

СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ



ДЛЯ ЖЕНЩИН

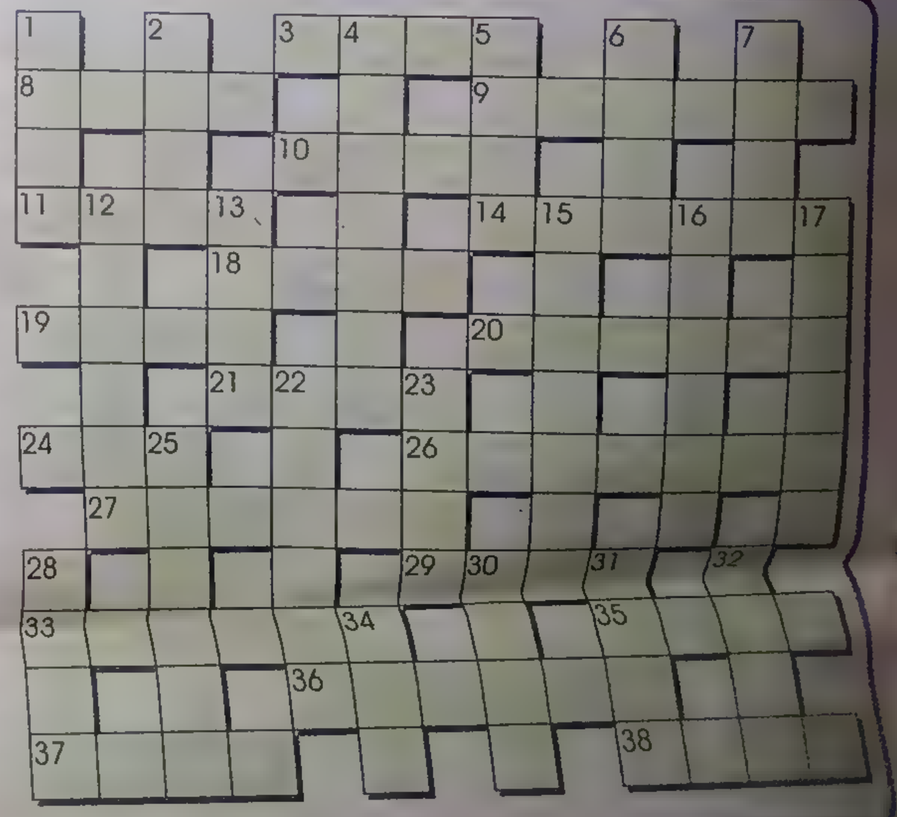
По горизонтали. 3. Сахарные губки барышни. **8.** Осетровый деликатес. **9.** Старинная золотая монета с королевским именем. **10.** Местность с Медной горой. **11.** Комнатная собачка. **14.** И платье, и пальто. **18.** Жених невесты из Иванова. **19.** "Ясновидящая" колода карт. **20.** Надрывное амплуа. **21.** Время года, пропетое стрекозой. **24.** Слезоточивый овощ. **26.** Сатира, рекламирующая власть. **27.** Штаны - почти колготки. **29.** Что на рынке предшествует покупке? **33.** Возлюбленная гоголевского Вакулы. **35.** В нее входит актриса, когда выходит на сцену. **36.** Книжка с прописными истинами. **37.** И супружеское, и прокрустово. **38.** Порция таблетки.

По вертикали. 1. Музыкальный пульс. **2.** По нему сходят на землю во время круизов. **4.** Помесь комода с горкой. **5.** Телефонный отклик. **6.** Мясо без костей. **7.** Подкаблучник леди. **12.** Жрец-прорицатель. **13.** И обеденный, и круглый. **15.** Герой, обожавший пиявок. **16.** Платный танцор в кабаке. **17.** Вопросник кадровика. **22.** Коварная злыдня. **23.** Мудрость, проверенная практикой. **25.** Жесткий пояс у юбки. **28.** Большая передняя. **30.** Водоворот страстей и чертей. **31.** Город по старинке. **32.** Половина зеркала души. **34.** Острое мясное блюдо.

ДЛЯ МУЖЧИН

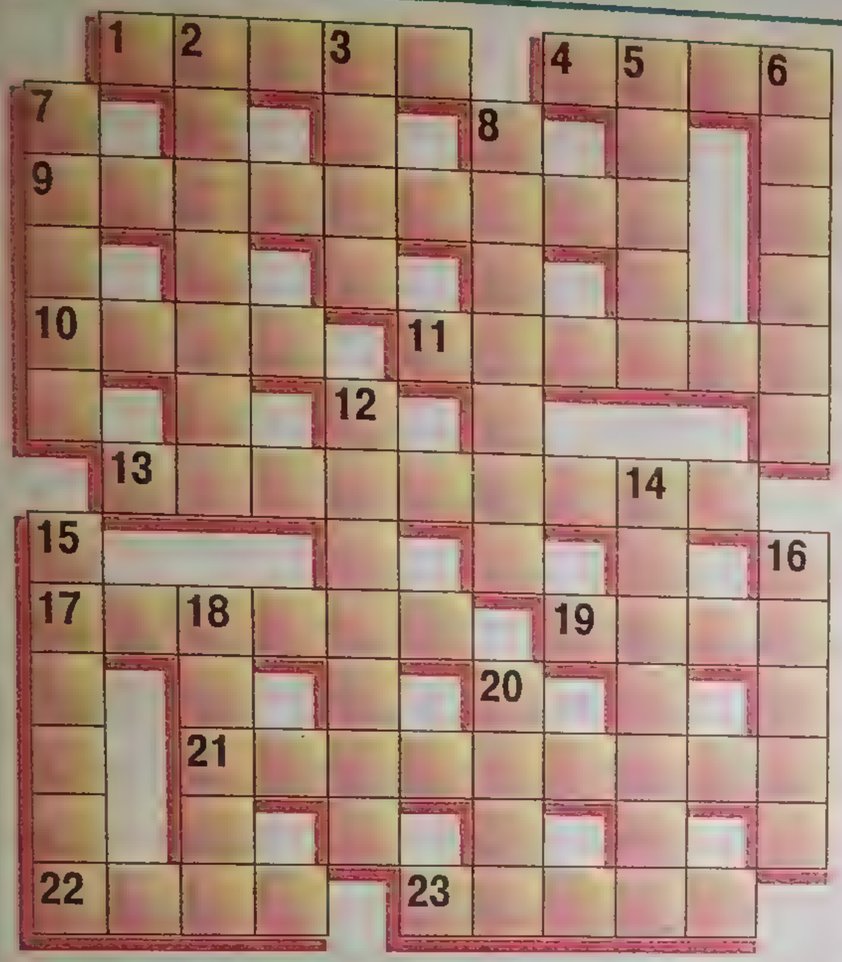
По горизонтали. 3. "Окосевший" пассажир. **8.** На это имя отзывается сатирик Измайлов. **9.** Часть света, по которой бродил призрак времен Маркса и Энгельса. **10.** Чисто русская песня. **11.** У лосей - гон, у гусей - ... . **14.** Древнегреческая "стеклотара", которую можно сдать в музей. **18.** Специалистка по уходу за "цветами жизни". **19.** Часть суток, не любимая стрельцами и алкоголиками. **20.** Так зовут голливудскую звезду Хопкинса. **21.** "Наш ответ" Книге Гиннесса. **24.** Крестьянские "нунчаки". **26.** Смягчает езду по ухабам. **27.** Процедура, которую хороший работник выполняет утром, а хороший любовник - вечером. **29.** Итальянский целковый. **33.** Заведение в Лас-Вегасе. **35.** Криводушный сочинитель. **36.** Героиня повести А. Грина. **37.** Острый коммунистический символ. **38.** Спортивная дорожка, по которой не бегают, а колесят.

По вертикали. 1. Войско в бескозырках. **2.** Бабки взаймы. **4.** Мэтр российской эстрады, воспевший крышу своего жилища. **5.** Ее бояться - в бутик не ходить. **6.** Немецкая теннисистка по имени Штеффи. **7.** Словесная дуэль. **12.** Птичий символ воинственности и агрессивности. **13.** Конец с положительным зарядом. **15.** Премьер со своим кабинетом. **16.** О, новая свинья появилась! (процесс). **17.** Всемирно известная фирма спортивных товаров. **22.** Правда ученых мужей. **23.** Символ России с крылышками. **25.** "Позолоченный" спортсмен. **28.** "Привет" от комара. **30.** "Подчиненный" игумена. **31.** Инструмент, который горит быстрее виолончели, но дольше скрипки. **32.** "Поцелуй" от кондитера. **34.** Палка в колесе.



работник выполняет утром, а хороший лю-

мена. **31**. Инструмент, который горит быстрее виолончели, но дольше скрипки. **32**. "Поцелуй" от кондитера. **34**. Палка в колесе.



ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. В ней рыбаки зимой ловят рыбку. **4**. Блеск гладкой шерсти. **9**. Отмечающий день ангела. **10**. Месяц самых коротких ночей. **11**. Одна хвоинка. **13**. Посуда, на которой удобно готовить яичницу. **17**. Гармоничное сочетание звуков. **19**. Продолговатая окружность. **21**. Он подарил золотого петушка царю Дадону. **22**. Жировое накопление хавроньи. **23**. Запарка на палубе.

По вертикали. 2. Школьная книжка. **3**. Фигура из летящих журавлей. **5**. "Рот до ушей" у волка. **6**. Погода из года в год. **7**. Конечный пункт эстафеты. **8**. Красногрудый воробей. **12**. Музыкальный коллектив из басни дедушки Крылова. **14**. "Слабый пол" в детстве. **15**. Растение-"ежик". **16**. То, над чем чахнет Кощей в поэме А. Пушкина "Руслан и Людмила". **18**. Рогатый огородный вредитель. **20**. Змея длиной в тридцать восемь попугаев.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)915-44-51
КРАСНОДАР И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
(8612)35-05-02

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 33

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **3. Беда. 7. Фиалка. 8. Ушко. 9. Норд. 10. Колпак. 13. Каас. 15. Клио. 16. Нерест. 17. Рапс. 18. Агат. 20. Декорум. 21. Суп. 22. Указка. 24. Диор. 27. Пике. 28. Зигзаг. 29. Кресло. 30. Мода. 31. Ваза.**

По вертикали. **1. Кило. 2. Клип. 3. Банк. 4. Дуршлаг. 5. Яшма. 6. Соус. 10. Канада. 11. Лирика. 12. Ассорти. 13. Корт. 14. Амплуа. 18. Амур. 19. Адажио. 21. Сказка. 23. Пиво. 24. Дека. 25. Обед. 26. Игла. 28. Зло.**

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **3. Такт. 7. Солнце. 8. Слон. 9. Сова. 10. Обхват. 13. Изба. 15. Клок. 16. Вахлак. 17. Рурк. 18. Урна. 20. Голдинг. 21. Суд. 22. Оптика. 24. Ямал. 27. Плащ. 28. Драчун. 29. Игуана. 30. Паек. 31. Цинк.**

По вертикали. **1. Ромб. 2. Гнев. 3. Тест. 4. Кавалер. 5. Блюз. 6. Юнга. 10. Отвага. 11. Хахаль. 12. Атавизм. 13. Икра. 14. Буржуа. 18. Угол. 19. Натура. 21. Скачки. 23. Алла. 24. Ящик. 25. Ажур. 26. Знак. 28. Дно.**

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. **1. Магазин. 3. Мастика. 7. Тяжеловес. 10. Фарш. 13. Горб. 14. Радушие. 15. "Динамо". 16. Медаль. 20. Стелька. 21. Стих. 22. Кино. 25. Деликатес. 26. Адресат. 27. Кабинет.**

По вертикали. **1. Мегафон. 2. Заяц. 4. Смех. 5. Акробат. 6. Глобус. 8. Провинция. 9. Королевич. 11. Шахматы. 12. Линейка. 17. Лесенка. 18. Улитка. 19. Блокнот. 23. Рейс. 24. Герб.**

Рисунок Алексея ЕВТУШЕНКО.

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ирины БУРСКОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Виктора АКИМОВА, Михаила ВОРОБЬЕВА, Николая КАРДАКОВА, Ольги НОВАКОВСКОЙ, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ, Анны ЯНИНОЙ.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком Ⓚ, печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51.
Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 180800 экз. Заказ № 34
Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 27.08.2003 г. в 19.00.
Подписано в печать 27.08.2003 г. в 17.00.

ДРУГ ДОМА

№43/299
2003
Ноябрь

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Выходит четыре раза в месяц

МЕД - ЛЕКАРЬ

Еще не знавшие огня люди уже вовсю лакомились медом. При раскопках древних египетских захоронений в могилах найдены были сосуды из воска с сохранившимся в них медом. Но наряду с приятным вкусом мед имеет и свойство, быть может, куда более важное - он [illegible]

[illegible] с самого элементар- [illegible] простудных заболева- [illegible] меда ну никак... [illegible] например, старое испы- [illegible] средство от замучивше- [illegible]

с постели, еще одну до обеда, одну после обеда и еще по одной под вечер, после ужина и на ночь.

Средство это эффективно и имеет ряд преимуществ. Не

ловые ложки этой сухой смеси, час настаивать и пить, добавляя по вкусу мед. Чай получается удивительным и по вкусу, и по лечебным свойствам.

Если такого количества трав у вас не найдется, можно остановиться только на золотом корне. Его стоит вырастить на своем приусадебном участке. В этом случае чайную ложку измельченного корня кипятят в литре воды минут

КАТИЛСЯ КОЛОБОК

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **600 рублей** каждому.

По итогам конкурсов в "Друге дома" № 42 кулинарный приз достался **Елене Игоревне ПЕРЕВАЛОВОЙ** из г. Луза Кировской области, чьи тортики, кексы, булочки и даже колобки нас весьма порадовали. Приз получает и участница Клуба взаимопомощи **Лариса Сергеевна ВЛАСОВА** из Курска, обстоятельно поделившаяся в ответ на просьбу читательницы способами увеличения лактации.

Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

ЗАПОЛНИШЬ АНКЕТУ - ПОЛУЧИШЬ ПРИЗ!

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3600 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по [illegible]

Елена КУЗЬМИНА с дочкой Настей и собаками

Валентина Сергеевна РАЗУМНОВА с внуком [illegible]

Еще не знавшие огня люди уже вовсю лакомились медом. При раскопках древних египетских захоронений в могилах найдены были сосуды из воска с сохранившимся в них медом. Но наряду с приятным вкусом мед имеет и свойство, быть может, куда более важное - он лечит.

Начнем с самого элементарного - с простудных заболеваний, где без меда ну никак... Вот, например, старое испытанное средство от замучившего вас кашля, проверенное многими поколениями. Проварите один лимон на слабом огне в течение десяти минут. Он станет мягким, особенно кожура, появится больше сока. Разрежьте его пополам и выжмите сок, лучше соковыжималкой. Сок влейте в стакан, добавьте две столовые ложки глицерина. Тщательно размешайте смесь, затем долейте стакан доверху медом.

Доза приема регулируется по обстоятельствам. Если кашель у вас редкий, принимайте по чайной ложке в течение дня, перед употреблением конечно же смесь взбалтывайте. Если беспокоит кашель по ночам, тогда принимайте чайную ложечку на ночь и еще одну ночью. Если кашель совсем замучил - чайную ложку утром, встав с постели, еще одну до обеда, одну после обеда и еще по одной под вечер, после ужина и на ночь.

Средство это эффективно и имеет ряд преимуществ. Не расстраивает желудок, его можно рекомендовать как взрослым, так и малышам. Оно поможет, когда иные лекарства уже бессильны.

Время от времени некоторых из нас мучают спазмы мышц, чаще ног и ступней, особенно ночью. Употребляя по две чайных ложки меда при каждом приеме пищи обычно в течение недели, мышечные спазмы проходят.

Мед с добавлением лекарственных растений, употребляемый в виде чая, тонизирует, восстанавливает обмен веществ в организме, при тяжелой умственной и физической работе. Например, берутся в равных количествах золотой корень, черные листья бадана, листья земляники, ежевики, малины, черной смородины, чабреца и цветки зверобоя. Все мелко измельчить и взять на литр кипятка 2-3 столовые ложки этой сухой смеси, час настаивать и пить, добавляя по вкусу мед. Чай получается удивительным и по вкусу, и по лечебным свойствам.

Если такого количества трав у вас не найдется, можно остановиться только на золотом корне. Его стоит вырастить на своем приусадебном участке. В этом случае чайную ложку измельченного корня кипятят в литре воды минут десять, настаивают полчаса - чуть больше и пьют два-три стакана в день, естественно, добавив по вкусу мед.

Мед удивительно хорошо успокаивает нервную систему. И этим его свойством можно воспользоваться, если ваш малыш по ночам мочится в постель. Дайте ребенку на ночь чайную ложечку меда. Он в данном случае окажет двоякое действие. Во-первых, как мы уже отметили, успокоит возбудившегося за день шалуна, его нервная система расслабится. Во-вторых, мед привлекает и удерживает влагу в период ночного отдыха, как бы уменьшая таким образом нагрузку на почки. Постепенно организм привыкнет, и от меда можно будет отказаться, а постель малыша отныне всегда будет оставаться сухой.

Наталья ЛОГИНОВА.

ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "Источник здоровья".

В этом выпуске мы расскажем, как облегчить приступы астмы, как излечиться от простуды и гриппа, а молодым мамам предложим несложный комплекс спортивной гимнастики.

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции. Вы можете оформить подписку на сборник "Источник здоровья" на первое полугодие 2004 года.

Наш подписной индекс - 15932 в Объединенном каталоге "Пресса России", т. I, стр. 97.

ПРИГЛАСИ "ДРУГА" ДОМОЙ

Нуждаетесь в надежном совете хорошего друга? Так пригласите его домой!

Для этого пойдите на почту, найдите в I томе на 113-й странице Объединенного каталога "Пресса России" (он зеленого цвета) наш индекс - 34199 и оформите подписку на "Друга дома" на I полугодие 2004 года. В этом случае "Друг" всегда вовремя поддержит вас хорошим советом, подскажет нужный рецепт, ответит на ваши вопросы, научит многим интересным и полезным вещам.

"Друга" - не забывайте!

"Друг дома" в каждом номере проводит опрос читателей. А чтобы отвечать было веселее, установлен своего рода призовой фонд, который составляет **3600 рублей** на каждый выпуск "Друга дома". Все вырезанные из газеты, заполненные и присланные в редакцию анкеты будут разыграны, и по принципу, **кому больше повезет**, при помощи компьютера будут определены счастливчики - двенадцать читателей, которым достанутся призы по **300 рублей**.

Елена КУЗЬМИНА с дочкой Настей и собаками

Валентина Сергеевна РАЗУМНОВА с внуком Алешей

Людмила КОНОВАЛЕНКО с сыном Никитой

Василий ЖИВОТНИКОВ

Лилия ПАНКОВА

Только одно условие - анкета из каждого очередного номера должна быть отправлена в редакцию **до определенной даты, в данном случае - до 10 декабря 2003 года.** Дату будем определять по почтовому штемпелю. Если есть желание, присылайте свои фотографии.

По итогам розыгрыша анкет из **"Друга дома" № 45 за прошлый год** в счастливую дюжину попали **Ирина Анатольевна БОГДАНОВА** из Санкт-Петербурга, **Елена Михайловна ДРЫНГАЛЬ** из Владивостока, **Василий Степанович ЖИВОТНИКОВ** из с. Спирино Новосибирской области, **Людмила Федоровна КОНОВАЛЕНКО** из с. Хоронхой, Бурятия, **Елена Вячеславовна КУЗЬМИНА** из Москвы, **Татьяна Сергеевна ЛЕНЦА** из г. Красный Холм Тверской области, **Нина Александровна МАНЕНКОВА** из г. Химки Московской области, **Галина Владимировна МАРТЫНОВА** из с. Пешаное Воронежской области, **Лилия Николаевна ПАНКОВА** из пос. Н. Байтермиш Самарской области, **Светлана Викторовна ПЕЛЕНКОВА** из Красноярска, **Валентина Сергеевна РАЗУМНОВА** из Ростова-на-Дону и **Ольга Сергеевна ЩЕПУНОВА** из Казани.

Татьяна ЛЕНЦА

Нина МАНЕНКОВА

Поздравляем победителей!

"Друг дома" № 43

Фамилия, имя, отчество _____

Домашний адрес _____

Хочу спросить у "Друга дома" о... _____

"Друг дома" выписываю; покупаю 4 раза в месяц; 3 раза в месяц; 2 раза в месяц; 1 раз в месяц; крайне редко; этот номер первый

(нужное подчеркнуть).

Чтобы принять участие в розыгрыше призов, ответы необходимо отправить до 10.12.2003 г.

В КРУГУ СЕМЬИ

СКАНДАЛ НА ЗАВТРАК

Молодые родители часто сталкиваются с трудностями, вызванными отказом от еды детей в возрасте 2-3 лет. Понять и устранить причины такого поведения ребенка - очень важная задача, так как полноценное питание необходимо для его нормального развития и роста.

Снижение аппетита у детей старше одного года физиологически обусловлено. В этот период рост ребенка замедляется, поэтому его организм нуждается в уменьшении количества пищи, но в то же время в большем ее разнообразии. Кроме того, появление новых интересов, связанных с интенсивным психическим развитием, отводит на второй план все физиологические потребности, в том числе и потребность в еде. У многих детей изменяется отношение к приему пищи: они становятся более разборчивыми в еде, быстро насыщаются и превращают процесс кормления в маленькую игру. Малыши используют посуду, другие предметы столового обихода, а также и саму еду в качестве игрушек: гремят чашками и тарелками, бросают ложку на пол, перекладывают еду из одной емкости в другую.

Такое поведение ребенка часто возмущает родителей, однако не стоит очень бурно реагировать на действия своего малыша, так как все эти поступки ребенок совершает в основном с познавательной [illegible] не следует ругать и [illegible] его самое лучшее, [illegible] мама в такой ситуации - это спокойно [illegible] чтобы подобется утвердить себя, проявляет свою волю, желания, показывая свой индивидуальный характер. Категорически настаивая на том, чтобы малыш съел всю предложенную ему пищу, родители вызывают у ребенка еще большее сопротивление. В этом случае прием пищи заканчивается не учитываются и его заставляют с помощью уговоров или угроз съесть нелюбимое блюдо - оно будет вызывать отвращение у малыша еще очень долгое время.

Для сохранения хорошего аппетита необходимо предоставить ребенку свободу выбо-

ты столового обихода, красиво украшенные блюда и другие оригинальные приспособления.

Приготовление к приему пищи должно носить особый ритуальный характер: ребенку следует тщательно помыть ручки, вытереть их любимым полотенцем, надеть красивый фартучек или подвязать нагрудничек, сесть за стол на свое место и т.д. Выполнение этих правил формирует навык хорошего поведения за столом, кроме того, эти приготовления к приновке. Ничто не должно отвлекать малыша во время еды: ни телевизор, ни игрушки, ни посторонние разговоры взрослых.

Улучшение аппетита стимулируют длительные прогулки на свежем воздухе, гимнастические занятия, подвижные игры, водные процедуры, хорошее настроение и самочувствие ребенка.

Необходимо установить четкий режим питания, следя за тем, чтобы у малыша не сформировалась нехорошая привычка перекусывать между приемами пищи, особенно если это сладости или мучные изделия, которые не только снижают аппетит, но и вызывают разрушение зубной эмали, а также нарушают обмен веществ.

Огромное значение для формирования у детей правильных пищевых привычек имеет пример взрослых. Если родители привыкли перекусывать на ходу, у детей сформируется такое же отношение к процессу приема пищи.

Капризы малыша во время кормления могут быть обусловлены еще и тем, что он нуждается в заботе и любви взрослых, а отказ от еды - один из способов вынудить родителей обратить внимание на себя.

Воспитывая ребенка, следует всегда помнить о том, что

однако не стоит очень бурно реагировать на действия своего малыша, так как все эти поступки ребенок совершает в основном с познавательной целью. Не следует ругать и наказывать его: самое лучшее, что может сделать мама в такой ситуации, - это спокойно убрать со стола, чтобы подобное поведение не повторялось и не превращалось в систему, и позволить ребенку заняться другими играми.

Следующая причина сложностей, связанных с кормлением, заключается в том, что подрастающий ребенок пытается утвердить себя, проявляет свою волю, желания, показывая свой индивидуальный характер. Категорически настаивая на том, чтобы малыш съел всю предложенную ему пищу, родители вызывают у ребенка еще большее сопротивление. В этом случае прием пищи заканчивается скандалом, после которого рыдающее чадо бывает очень трудно успокоить, а психологическая травма нарушает его настроение и поведение.

Составляя рацион, следует учитывать вкусы и пристрастия малыша. Если желания ребенка не учитываются и его заставляют с помощью уговоров или угроз съесть нелюбимое блюдо - оно будет вызывать отвращение у малыша еще очень долгое время.

Для сохранения хорошего аппетита необходимо предоставить ребенку свободу выбора различных блюд, а также не стоит заставлять его любой ценой доедать содержимое тарелки, если он уже сыт.

Сервируя стол, учитывайте то, что любого малыша всегда заинтересуют и вызовут у него аппетит яркая посуда, предметуальный характер: ребенку следует тщательно помыть ручки, вытереть их любимым полотенцем, надеть красивый фартучек или подвязать нагрудничек, сесть за стол на свое место и т.д. Выполнение этих правил формирует навык хорошего поведения за столом, кроме того, эти приготовления к приему пищи вызывают у ребенка выделение пищеварительных соков, настраивают его на серьезное отношение к процессу питания.

Кормление всегда должно проходить в спокойной обста-

ние к процессу приема пищи.

Капризы малыша во время кормления могут быть обусловлены еще и тем, что он нуждается в заботе и любви взрослых, а отказ от еды - один из способов вынудить родителей обратить внимание на себя.

Воспитывая ребенка, следует всегда помнить о том, что именно в раннем возрасте складываются основные черты личности, а привычка правильно питаться - одна из них.

Людмила АНДРЕЕВА,
педагог-психолог.

СВЕКРОВЬ МОЖНО ПРИРУЧИТЬ

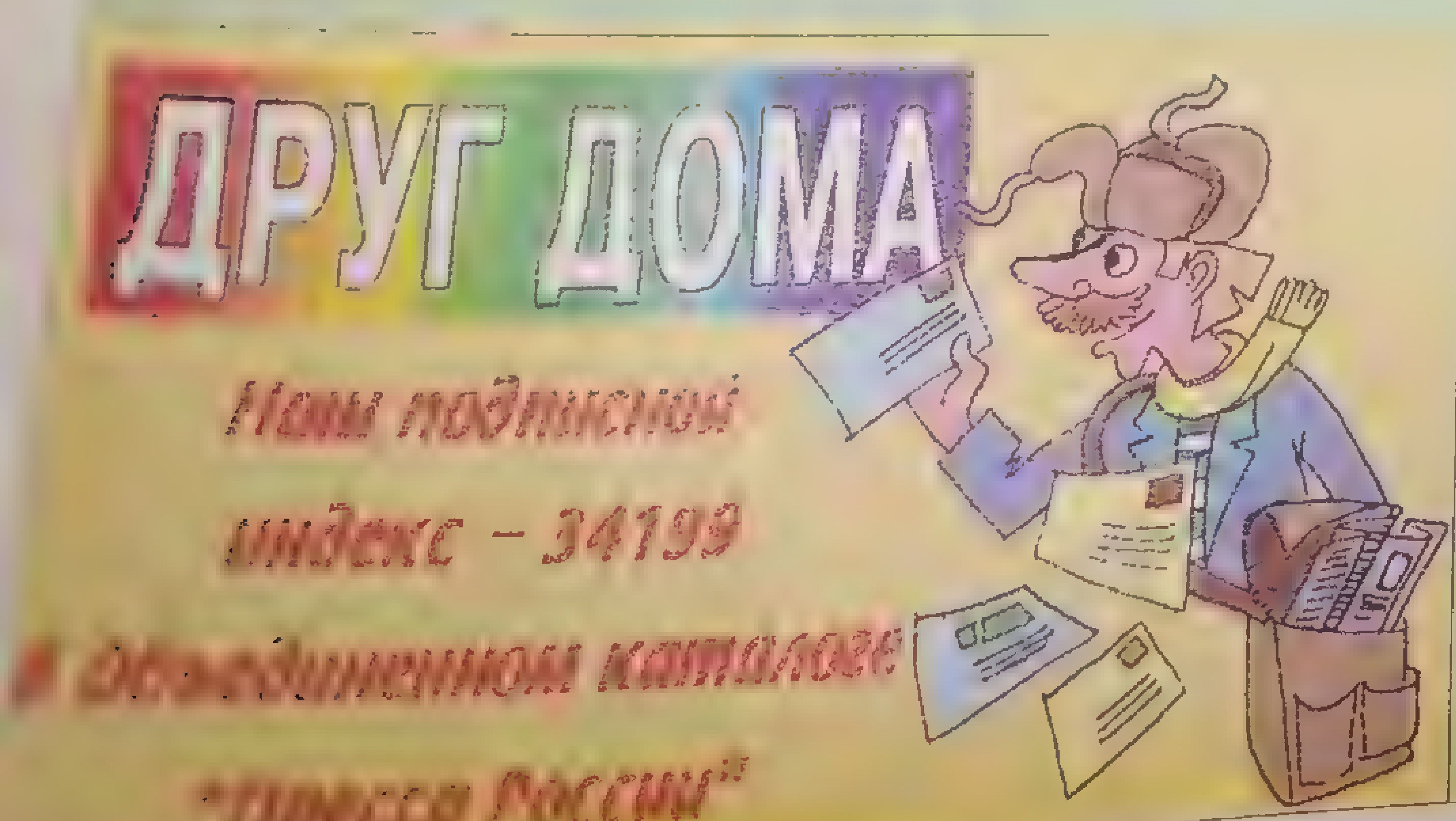
Как привыкнуть к жизни со свекровью?

Любовь ИСАЕВА.
с. Бакалы, Башкирия.

К сожалению, злая свекровь - персонаж очень распространенный, и относиться к нему нужно только философски.

Любая мать желает для своего сына сказочной принцессы в жены, а реальная женщина будет плоха, как говорится, по определению. Даже добрая и приятная дама превращается в Бабу-ягу, увидев молодую жену ненаглядного сына.

Проще всего, конечно, постараться своими поступками внушить свекрови, что вы не так уж и плохи. Это, безусловно, очень трудно, особенно если учесть, что в чужом доме все, что вы делаете, будет "не так". Наиболее распространенные претензии: "Ты плохо готовишь или гладишь рубашки", "Ты неправильно воспитываешь детей", а главное - "Ты не понимаешь тонкую натуру моего сына".



Возразить на это нечего, да и бесполезно. Лучше вежливо промолчать или согласиться.

Объяснить что-либо человеку, который значительно старше вас и имеет свои устоявшиеся взгляды на жизнь, практически невозможно.

Лучше всего приготовить такой суп, чтобы свекровь наконец-то оценила ваши кулинарные таланты, так выгладить шторы в гостиной, чтобы вас не упрекали в неумении держать утюг.

У большинства разумных женщин период "ты плохая невестка" длится от пары месяцев до года. Если его терпеливо пережить, стараясь не доводить дело до открытых конфликтов и ссор, дальше станет жить легче. Как говорится, "проверив вас на прочность" и убедившись, что любимое чадо с вами счастливо, мамочка успокоится.

Но есть, к сожалению, и другой персонаж, с которым наладить отношения гораздо труднее. Это - властная женщина, всю жизнь державшая сына под каблуком. К вам у нее две основные претензии: во-первых, вы отняли у нее деточку, и во-вторых, вы не будете ее слушаться так же, как он.

Вступать в открытый бой с такой особой весьма рискованно. Это не только приведет к расстройству вашей нервной системы (ей-то ваши переживания будут просто допингом), но и к ссорам с мужем. Любящая мамочка будет активно поливать вас грязью в разговорах с ним. Конечно, наилучший вариант при наличии такой свекрови - жить отдельно. Но если нет такой возможности? Только не пытайтесь бороться ее же методами - сын никогда не простит вам плохих слов о маме, даже если они будут правдой. Лучше попытайтесь довести все ее наветы на вас до абсурда. Она сказала, что вы завели любовника? "Да, дорогой. У него вилла на Канарских островах и зеленый "Мерседес". Вы не умеете готовить суп? Пару раз вылейте всю кастрюлю в унитаз. Конечно, послушный сын вряд ли станет настоящим мужчиной и твердо скажет маме: "Не вмешивайся в мою жизнь". Но постепенно он все-таки научится понимать, что не всем ее словам можно верить, а в дальнейшем будет просто пропускать их мимо ушей.

Наладить нормальные отношения можно по большому счету со многими людьми. Вы сами выбрали себе мужа - вам придется принять и его родителей. И нормально сосуществовать с ними можно, только необходимо призвать на помощь всю свою тактичность и деликатность. И почаще показывайте свекрови хорошие стороны своего характера - тогда она быстро поймет, за что ее сын вас полюбил. И еще она поймет, что с такой доброй, милой, хозяйственной и заботливой невесткой вполне можно жить. И превратится из злого страшного крокодила во вполне нормальную пожилую даму.

Надежда НОСОВА,
психолог.

ЛЮБИТЬ ИЛИ... СЛУЖИТЬ?

Хотя и общеизвестна эта истина - служебный роман к добру не приводит, но тем не менее жизнь есть жизнь. А в ней, как известно, случается всякое. И никто из нас ни от чего не застрахован. Многие женщины заводят служебный роман по одной простой причине - им не хватает положительных эмоций.

- Ну представь себе, - рассказывала мне Галина, - целый день я на работе, потом с сумками по магазинам. Прибегаю домой - нужно быстренько сварганить какой-то ужин, перемыть посуду, проверить у дочери уроки. Муж? А что муж? Я кручусь то у плиты, то в ванной, а он лежит себе с журнальчиком на диване или пультом щелкает перед телевизором. Всегда в одних и тех же тренировочных штанах и мятой футболке, из которой торчит сытое пузо. В общем, тусклая и однообразная жизнь. Должна же быть у меня хоть какая-то радость!

И вот собираюсь я на работу. Знаю, что там опять встречусь с Андреем. Я и прическу специально укладываю, и подкрашиваюсь, и вообще стараюсь выглядеть на все сто. Есть для кого наряды покупать, за фигурой следить. Муж - он, конечно, родной и близкий, но ему давно уже все равно, что на мне надето и как я выгляжу. В общем, на работу - как на праздник! Куча положительных эмоций - здесь тебе и радостное ожидание, взгляды, и легкий флирт, и надежда, и интерес. А главное - женщиной себя чувствуешь, нужной, желанной...

Существуют и другие причины служебных романов. В первую очередь это, естественно, карьера, зарплата, льготы и прочие всевозможные выгоды и удобства.

- Да, а я и не скрываю, - говорила Елена, - что я любовница директора. Ну и пусть все знают. Зато я за полгода вон какую карьеру сделала - от менеджера по продажам до руководителя отдела продаж. Ты думаешь, почему Петрова не поставили? Ведь он толковый сотрудник, а ходит у меня в заместителях. И зарплата теперь у меня такая, что я вполне могу чувствовать себя независимой и ни в чем себе не отказывать.

Кстати, недавно Елена звонила мне и буквально рыдала в трубку - директора пригласили работать в более известную компанию, и на его место взяли другого человека. А новый директор буквально через месяц предложил Лене альтернативу: либо она возвращается в менеджеры, либо увольняется. Конечно, оскорбленная Елена уволилась. Она пыталась вызвонить бывшего возлюбленного (а вдруг возьмет опять к себе!), но он, сославшись на какие-то там обстоятельства, отказал ей во встрече.

Иногда романы на работе завязываются по принципу "общее дело здорово сближает".

- Мы вместе с Романом работали над одним проектом, - делится Светлана. - И тут у меня словно глаза на него открылись. Раньше он казался мне эдаким неприметным тихоней, а тут я поняла, что Роман чрезвычайно интеллектуальный, оригинальный и творчески одаренный человек. Мы провели с ним много совместных вечеров, готовя этот проект, мы вместе работали, пили чай, курили, болтали и по делу, и просто так. И в какой-то момент поняла: я влюблена в него. Мы были вместе, и это было чудесно! Я благодарна ему за те дни. Но вот прошло время, проект закончился, и мой интерес к Роме как-то потихоньку угас. Да и дома проблемы навалились - муж заболел, у ребенка плохие отметки в школе пошли, и я теперь каждый день бежала домой. А Роман все время настаивал на встречах, чуть ли не караулил меня в коридорах! Я ему пыталась что-то объяснить, но он и слышать ничего не хотел. Над нами уже сотрудники хихикать стали. Однажды я не сдержалась и как-то уж слишком резко ответила. И что вы думаете? Этот тихоня устроил скандал на весь отдел! Как он только меня не обзывал! К тому же намекнул, что ему есть что рассказать мужу... А все только смотрели с интересом и жаждали развития событий. Мне было стыдно, ужасно стыдно. Ведь потом еще почти целых три месяца народ хихикал по углам и бросал на меня косые взгляды. Не знаю даже, как я это пережила, чуть не уволилась.

Что и говорить, служебные романы заканчиваются, как правило, разрывом, и не всегда приятным. До свадьбы дело доходит буквально у единиц. Оно и понятно - для романтических отношений ежедневное общение в рабочей (а она бывает очень разной) обстановке просто вредно. Тем более на глазах сослуживцев, которые создают для этого некий неблагоприятный фон. И позлорадствовать могут, и посплетничать, и вмешаться, если что. Поэтому, если у вас вдруг есть какие-то отношения на работе, - ни в коем случае не делитесь ими с коллегами. Держите также дистанцию на службе и с предметом своих чувств. А если вдруг решитесь закончить роман - делайте это медленно и осторожно, постепенно все больше и больше дистанцируясь от своего воздыхателя. Главное тут - никаких резких движений. Но если ваш возлюбленный решил, что дальше вам с ним не по пути - ни в коем случае не показывайте коллегам, а особенно ему, своих эмоций. Перетерпите. Ни в коем случае не устраивайте ни разборок, ни скандалов. Ну зачем вам видеть злорадные лица и чувствовать себя при этом униженной?

И все-таки, прежде чем заводить служебный роман, подумайте, что для вас в данный момент именно на этой работе более важно - "любить" или служить? И что вас ждет по окончании романа? Готовы ли вы, если что, поменять работу? Сможете ли вы какое-то время ловить на себе язвительные взгляды? Имейте в виду, что служебные романы в отличие от других приносят впоследствии гораздо больше негативных эмоций и переживаний.

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.

просто забудется как
ное.

Юрий

...вот собираюсь я на работу. Знаю, что там опять встречусь с Андреем. Я и при-

...какую карьеру сделала - от менеджера по продажам до руководителя отдела продаж. Ты

...знают. Зато я за полгода вон

...лица директора. Ну и пусть все

...интеллектуальный, оригинальный и творчески одаренный человек. Мы провели с ним много совместных вечеров, готовя этот проект, мы вместе работали, пили чай, курили, болтали и по

...вило, разрывом, и не всегда приятным. До свадьбы дело доходит буквально у единиц. Оно и понятно - для романтических отношений ежедневное общение в рабочей (а она бывает очень разной) обстановке про-

...просто забудется как ненужное.

При беседе нужно употреблять взрослые слова. Избегая детского языка. Даже третьеклассник прекрасно знает, как на самом деле называется его "пиписька", и как раз это слово будет его смущать больше, чем "член", "пенис" или "влагалище". Мальчики должны понимать, что такое менструация, а девочки - что означает появление эрекции. Можно затронуть вопросы гомосексуализма и проституции. Дети и так знают, что такие явления существуют, но ваше отношение к проблемам для них важнее всего.

Расскажите о СПИДе и других венерических болезнях. Не нужны медицинские подробности, но знания о возможности таких осложнений половой жизни должны быть у подростка еще до того, как возникнет ситуация, в которой он может быть заражен.

Будьте доступны для таких разговоров, когда это необходимо вашему ребенку: если вы упустите эту возможность, он получит информацию в другом месте. Но что это будет за информация?..

ГОРЬКАЯ СЛАДОСТЬ ЗАПРЕТНОГО ПЛОДА

Как мне сказать родителям, что я уже не девочка и мне смешно, когда они ко мне лезут с книжками и рассказами про птичек и бабочек? Мне уже 16 лет, и я немного стесняюсь им сказать про то, как это произошло, потому что ничего особенного и не было...

Тамара, г. Уфа.

Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

О, наивные родители! Как им хочется верить, что их отпрыски пошли (или, наоборот, не пошли) по их молодым стопам. Что их (молодежи) первые робкие романы будут на виду, что в них (в романы) можно будет вмешаться, и тогда она (молодежь) не допустит тех ошибок, которые совершили предки. Увы, родители обычно сильно заблуждаются относительно сексуальности своих подрастающих детишек. Не только первые робкие романы, но и потеря невинности нередко остаются неизвестны "предкам" независимо ни от уровня воспитания, состояния здоровья, среды проживания или национальности.

Как ни удручающе звучит для взрослых, но потеря невинности чаще - не проявление великой страсти или отражение любви. Нередко это событие планируется, причем [illegible], а вовсе не с любимым партнером. Как правило, дальше отношения с этим мужчиной не развиваются: мавр сделал свое дело, мавр может гулять смело. Это основано на распространенном мифе, что дефлорация обязательно будет стыдной и болезненной. Поэтому девочки не хотят связывать свою будущую любовь с болью и стыдом. Проще сделать "это" сейчас, чтобы с любимым не было неприятных переживаний.

Секс для подростков все больше становится определенным ритуалом вступления во взрослую жизнь. Недаром более 70 процентов девушек после однократной близости (или непродолжительной любовной связи) надолго оставляют свои сексуальные влечения, пока в возрасте 20-23 лет не встретят мужчину, которого действительно полюбят.

Более того, чуть не 100 процентов юношей и девушек 16-20 лет в ответ на вопрос "Почему вы занимаетесь сексом?" отвечают: "Потому что все так делают". То есть речь идет не о любви, а лишь об осознании себя взрослым и нормальным. Быть девственницей (а тем более девственником) - быть странным, быть белой вороной.

Такой установки придерживаются как дети интеллигентных родителей, так и "низы", и даже дети - инвалиды детства. Для последней группы невозможность потерять невинность из-за своей инвалидности порой служит причиной серьезных депрессивных расстройств.

"Гамлетовский" вопрос "Говорить или не говорить со своим ребенком о сексе?" до сих пор не решен однозначно. Некоторые родители думают, что, получив теоретическую информацию, подросток обязательно захочет опробовать ее на практике. Но психологи утверждают, что говорить о сексе просто необходимо, причем еще до того, как взрослеющий отпрыск будет искать его на стороне, до того, как начавшееся половое созревание сделает этот разговор эмоциональным, и до того, как родители начнут терять свой авторитет перед подростком. Таким образом, этот возраст определяют в 10-12 лет.

И ни в коем случае не надо подавлять подростка в его невинном (пока) любопытстве. Жесткая государственная политика США в области сексуального воспитания привела к тому, что не менее 50 процентов девушек и 60 процентов юношей 15-18 лет имеют опыт интимных контактов. А в Германии и Франции, где половую жизнь подростков не считают чем-то необычным, начало интимных контактов происходит на 1-2 года позже. Кроме того, во Франции в возрасте 15-19 лет рожают 9 девушек из 1000, в Германии - 13, а в США - 55!

Мировые авторитеты в области секса - Мастерс, Джонсон и Колодни рекомендуют вести беседу в обычной естественной манере, как при обсуждении любого другого вопроса. Не нужно проводить длинные лекции или поучительные беседы - ребенку трудно сохранять внимание долго, даже если тема его очень интересует. Он хочет задавать вопросы и получать короткие и вразумительные ответы. Разговор не должен ограничиваться рассказами о том, "как это делают кошечки...", - ребенку гораздо более важно знать ваше личное мнение о предмете беседы. Страх сказать слишком много и тем пробудить дальнейший интерес к сексу - необоснован, лишнее

С УТРА ПОРАНЬШЕ

Перед тем как позавтракать и выйти на службу, потратьте минут 20 на этот комплекс. Его цель: тонизировать мышцы, разогреть суставы, настроить равновесие, и тогда бодрая, уверенная и красивая походка вам обеспечена.

1. *Разогреем суставы*
Стоя, с небольшим наклоном вперед и опорой руками на спинку стула, поднять правую пятку. Менять положение ног, поочередно поднимая то левую, то правую пятку, - по 20 движений каждой ногой.

2. Стоя, правая ладонь опирается о спинку стула, левая рука поднята в сторону, полусогнута, ладонью вверх. Скрестным движением заводим левую ногу над бедром правой и возвращаем в исходное положение - всего 20 раз. Затем меняем положение у стула и делаем 20 движений правой ногой. Это упражнение способствует красивой форме внутренней поверхности бедра.

3. *Ягодицы и бедра - избавляемся от лишнего*
Стоя, правая рука опирается о спинку стула, левая - на поясе. Поднять левую согнутую ногу до горизонтального уровня, выпрямить, затем снова согнуть и поставить в исходное положение - всего 20 раз. Поменять положение у стула, выполнить 20 движений правой ногой. Это упражнение контурирует мышечный рельеф бедер и ягодиц сбоку.

4. *Бедра - вид спереди*

Стоя, левая рука на спинке стула. Согнули правую ногу в колене, выпрямили перед собой, снова согнули, поставили в исходное положение - всего 20 раз. Поменяли положение у стула, сделали 20 движений левой ногой. Это упражнение способствует шлифовке красивого мышечного рельефа передней поверхности бедер.

5. *Растяжка*

Стоя, правую пятку положите на сиденье стула. Наклоняясь, доставайте пальцами рук носок правой ноги, не сгибая ногу в колене, - по 20 наклонов к правой и левой ноге.

Каждое из этих упражнений содержит и элемент тренировки на равновесие.

Сергей КОРШУНОВ,
врач лечебной гимнастики.

ПРЕДВЕСТНИК СТАРОСТИ

И склероз, и замедление реакций, снижение умственных способностей, потеря интереса к интеллектуальной деятельности - все это сигналы того, что организм начал стареть. Обидно, но ведь ничего не поделаешь - годы берут свое.

Однако не спешите сдаваться возрасту! Да, головной мозг постепенно стареет вместе с организмом, но если он в постоянной работе, то этот процесс можно замедлить, обеспечивая больший кровоток и оксигенацию (снабжение мозга кислородом). А сильный мозг, в свою очередь, лучше координирует функцию внутренних органов, делает организм сильнее и увеличивает продолжительность жизни. Так что есть смысл побороться за здоровье своего мозга. Каким образом? Вот несколько рекомендаций.

Развитие памяти, как и любой другой навык, требует тренировки. Постарайтесь сделать запоминание имен, номеров телефонов и прочих сведений своим хобби. И такая игра рано или поздно принесет свои результаты. Оптимальное время для запоминания - утро и вечер. Во-первых, легче сосредоточить[illegible] меньше второстепенных, отвлекающих событий. Во-вторых, первая и последняя информация надолго остается в [illegible] вследствие близости к таинственному процессу сна, когда свежие знания [illegible] словно на хороший клей.

Чтобы мозг не старел, надо усиленно думать. При усиленной умственной деятельности кровь активно поступает к клеткам мозга, стимулирует их работу. В этом и таится разгадка ясного ума до конца жизни многих выдающихся ученых. Они не перестают активно работать, а значит, подкармливать мозг. Но если не думать, а лишь обогащаться эмоциями или просто слушать окружающих, тоже легко состариться. Так что беритесь за кроссворды, учите стихи, решайте математические задачи.

Одним из эффективных способов предупреждения старения мозга является укрепление функций лобной части, для чего необходимо сохранять оптимизм и активность. Не надо бояться своего возраста. Ведь падение производительности труда происходит скорее от душевной усталости, чем от физического старения. А кроме того, следует развивать функции правого полушария, обрабатывающего зрительные и слуховые импульсы.

Прослушивание хорошей музыки, осмотр картин содействуют снятию как физической, так и умственной усталости, повышению производительности труда. Не менее полезно сочинять стихи, играть в шахматы. А если вы еще будете активно использовать левую руку, прямо связанную с правым полушарием, то это окажет значительную помощь в сохранении функций этой части мозга.

Никогда не перенапрягайте мозг. Чередуйте работу и отдых. При появлении чувства усталости от занятий сделайте "ванну для мозга": смените обстановку, послушайте музыку, пение птиц, журчание ручейка или насладитесь видом зеленой травы и красивых цветов.

Барабаньте пальцами по столу так, словно вы играете на пианино или печатаете на машинке. Это упражнение стимулирует мыслительный процесс. Десятиминутные ежедневные упражнения, которые в порядке эксперимента выполняли ученики одной из московских школ, привели к тому, что за полгода ребята стали учиться лучше.

Тот, кто весит больше нормы, наносит вред своей памяти, потому что высокое давление, сопутствующее избыточному весу, способствует склерозу. Так что, если хотите иметь хорошую память, больше двигайтесь.

И не забывайте, что при любых ограничениях в еде растет кровенаполнение мозга, а значит, увеличиваются его функциональные возможности. Возрастает и возможность понимания. Не переедайте - берегите свой интеллект!

Юлия СМИРНОВА.

Вы любите яблоки? Значит, вы человек усердный и чуть... старомодный. К такому выводу пришел врач-психолог Ивлин Канн, автор книги "1001 способ раскрытия своей личности", ставшей сразу после выхода бестселлером.

ЯБЛОКИ, ВЕСЕЛЯЩИЕ ДУШУ

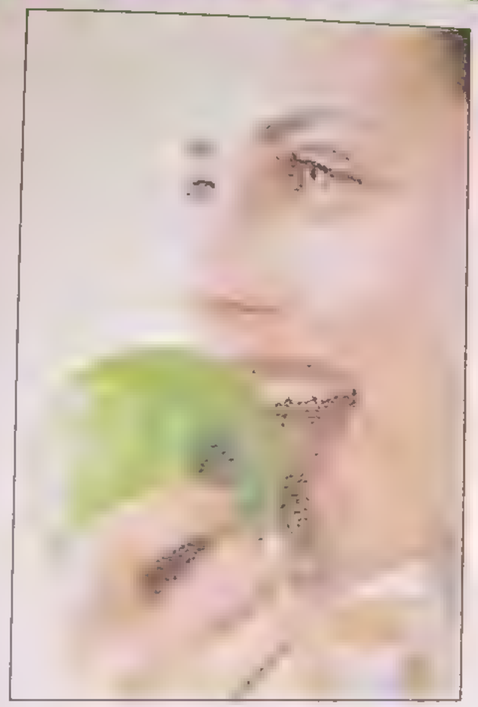
Начну с одного давнего как мир, прочного, как все заблуждения человечества, представления о том, что в райском саду Ева искушала Адама яблоком.

- Это было вовсе не так! - воскликнул директор Нью-Йоркского ботанического сада, создавший в результате многолетних исследований хронологическую таблицу эволюции плодовых растений. По его мнению, единственными плодами в Эдеме, которыми мог полакомиться Адам, были дикие абрикосы, так как яблок в те времена еще не существовало в природе.

Но, как известно, запретный плод сладок, а если он еще имеет свойство веселить душу - в особенности.

Знаменитый древнегреческий врач Гиппократ сообщает, что его соотечественники делали из печеных яблок прекрасный сидр. Возможно, что кельты, населявшие в те времена Западную Европу и применявшие процесс брожения для приготовления медовухи, делали сидр и из диких яблок. Тост за яблоневое дерево, старинный обычай, сохранившийся до наших дней в Англии, напоминает древний языческий обряд.

Во Франции, чтобы возродить во многом утраченные традиции старины, основали даже орден Знатоков сидра. Каждый год "мэтры-дегустаторы", облачившись в средневековые одежды, отороченные горностаем с [illegible] зеленым и желтым под- [illegible] в погреб- [illegible] замках, [illegible] чтобы [illegible] соискате- [illegible]



что Ева соблазняла Адама не абрикосами, не яблоками, а пенистым сидром.

Ну а если отбросить шутки в сторону, то выяснится, что яблоки могут оказывать существенную помощь при многих заболеваниях.

Они рекомендуются страдающим острыми и хроническими колитами, а также хроническими энтероколитами, поскольку при этих заболеваниях организм теряет много воды, выделяющейся через кишечную стенку. Содержащиеся в яблоках пектиновые вещества, разбухая, адсорбируют воду и предупреждают тем самым обезвоживание организма. Благоприятное действие яблок при заболеваниях кишечника объясняется еще и тем, что в них содержатся дубильные вещества, обладающие вяжущим действием.

калорийны (в 100 граммах примерно 46 килокалорий), врачи назначают тучным людям разгрузочные яблочные дни. А кожицу яблок рекомендуют заваривать вместо чая для похудения.

Свежими тертыми яблоками кормят грудных детей. Взрослые употребляют яблоки для нормализации работы желудка.

Впрочем сегодня это небезопасно. В Италии были опубликованы результаты расследования жалоб покупателей на резко изменившийся вкус яблок. Выяснилось, что их качество ухудшилось из-за чрезмерной химизации сельского хозяйства. Дело в том, что в почву садов Италии вносится удобрений, пестицидов и гербицидов в 12 раз больше, чем в соседней Швейцарии, и в 30 раз больше, чем в Канаде. Яблоки получаются большими и красивыми, но полезными для здоровья их считать нельзя. А именно такие поступают к нам сейчас из-за рубежа.

Что же делать? - воскликнет читатель. Ну, во-первых, неплохо бы заложить яблоневый сад на своем приусадебном участке. Во-вторых, покупайте только... червивые яблоки. Замечено, что эти непрошеные жители, прежде чем поселиться, проводят свой химический анализ на экологическую чистоту и никогда не ошибаются. Наконец, пейте яблочные соки. Установлено, что все ядохимикаты остаются в клетчатке, а в отжим не переходят.

Вот тогда не без оснований вы и вспомните мудрый совет наших предков: "Достаточно есть по одному яблоку в день, и ты забудешь дорогу к врачам".

Олег ЛЮБИН.

Три кита Вашего самочувствия и долголетия!

"ЧИСТЫЕ СОСУДЫ" + диета + ежедневные прогулки
НОВАЯ УЛУЧШЕННАЯ ФОРМУЛА

Прием 1 таблетки в день обеспечивает:

- растворение тромбов
- снижение уровня холестерина низкой плотности (плохого)
- улучшение кровообращения головного мозга, миокарда
- омоложение сосудов

Курс приема - две упаковки.

Чистые сосуды - активная и полноценная жизнь до глубокой старости!

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!

Телефоны:
в Москве: (095) 786-34-00, 145-75-00, 137-01-16
в Санкт-Петербурге: (812) 310-14-49.
Консультации специалиста: тел. (095) 105-11-57
www.fitora.ru
Заказ по почте:
119119, Москва, Ленинский проспект, 42, ком. 32-16.

Разработано НИИ Атеросклероза РАЕН, г. Москва
Препарат сертифицирован
Одобрено Минздравом РФ

УМЕЕТЕ ЛИ ВЫ ЛЕЧИТЬСЯ?

Как вы думаете, кто самый лучший помощник врачу в его стремлении вылечить пациента? Современная аппаратура, наиболее эффективные лекарственные препараты, точные анализы, комплекс процедур? Нет, все это, конечно, необходимо, однако, как говорят сами медики, второстепенно. Лучшим помощником является сам больной, поскольку от его настроя на скорейшее излечение, поведения, отношения к врачу зависит все остальное. А вы сами помогаете своему доктору, умеете правильно вести себя на приеме, выполнять все его указания? Или волей [illegible]

...Знатоков сидра. Каждый год "мэтры-дегустаторы", облачившись в средневековые одежды, отороченные горностаем с красным, зеленым и желтым подбоем, держат совет в погребках, средневековых замках, усадьбах, на мельницах, чтобы возвести в сан новых соискателей. Кандидат должен проявить себя знатоком, пробуя и определяя самые разные сорта сидра, как бочкового, так и бутылочного. Если его признают достойным вступить в члены ордена, он приносит торжественную клятву и получает медаль, на которой изображен кувшинчик для сидра и выбит девиз "Прояви себя - и будешь оценен".

Первыми крупными производителями сидра были монахи: ведь десятинный налог они брали яблоками. Но производство сидра перестало быть кустарным лишь в начале XX века, когда инженер-агроном Жан Фавенек попытался перевести дело на промышленную основу. Он начал производить сидр на маленьком заводе в Кальвадосе. Сегодня сидровые заводы в Кальвадосе принадлежат его сыну и считаются одними из лучших во Франции, а название местности стало нарицательным для обозначения яблочных алкогольных напитков.

Секрет прост - нельзя торопиться, если хочешь сделать хороший сидр. Сначала он шесть месяцев должен находиться в бочке и потом еще два месяца в бутылке. Вот только тогда он наберет полную силу.

В кулинарии напиток, приготовленный из яблок, может творить чудеса. Сладкий сидр придает пикантный вкус яблочному пирогу и фруктовым салатам. Великолепна рыба, сваренная в сухом сидре, очень вкусны потроха, телятина, кролик или птица, томленные в сухом сидре на слабом огне. Он также хорош для приготовления сметанного соуса.

...что вполне возможно,

...через кишечную стенку. Содержащиеся в яблоках пектиновые вещества, разбухая, адсорбируют воду и предупреждают тем самым обезвоживание организма. Благоприятное действие яблок при заболеваниях кишечника объясняется еще и тем, что в них содержатся дубильные вещества, обладающие вяжущим действием.

Поистине незаменима их способность удалять из организма все лишнее, в том числе избыток холестерина. Для профилактики атеросклероза вполне достаточно 15 граммов пектина в день. Такое количество содержится в двух яблоках средней величины.

Яблоки содержат витамин С, Р-активные вещества, в небольших количествах каротин, витамин К.

В некоторых сортах обнаружен и серотонин, благоприятно действующий на центральную нервную систему.

Имеется хлорогоновая кислота, положительно влияющая на работу почек и печени.

Даже при длительном хранении в яблоках сохраняются соли калия, железа, марганца, кальция, натрия, фосфора.

Благодаря наличию в них калия, столь необходимого мышце сердца, яблоки очень полезны страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями. В диетотерапии таких больных яблоки используют в качестве средства, способствующего выведению из организма азотистых веществ - конечных продуктов обмена белков.

Для больных малокровием яблоки являются одним из доступных источников железа.

Они полезны и тем, у кого из-за нарушения обмена кальция и щавелевой кислоты в почках образуются оксалатные камни. Яблоки обладают свойством выводить оксалаты из организма.

Тертое яблоко пополам с тыквой употребляют перед едой для понижения артериального давления.

Поскольку эти фрукты низко-

УМЕЕТЕ ЛИ ВЫ ЛЕЧИТЬСЯ?

Как вы думаете, кто самый лучший помощник врачу в его стремлении вылечить пациента? Современная аппаратура, наиболее эффективные лекарственные препараты, точные анализы, комплекс процедур? Нет, все это, конечно, необходимо, однако, как говорят сами медики, второстепенно. Лучшим помощником является сам больной, поскольку от его настроя на скорейшее излечение, поведения, отношения к врачу зависит все остальное. А вы сами помогаете своему доктору, умеете правильно вести себя на приеме, выполнять все его указания? Или волей-неволей ставите палки ему в колеса? Ответьте на предлагаемые вопросы и узнаете об этом.

1. Когда у вас болит голова, то вы:

а) пытаетесь выяснить причину и устранить ее;

б) тут же принимаете болеутоляющее;

в) терпите: само, мол, пройдет.

2. На приеме у врача вы:

а) рассказываете о симптомах, заранее продумав свои жалобы;

б) часто забываете сообщить врачу важную информацию;

в) даете советы и нередко критикуете назначенное лечение ("а вот моему знакомому...").

3. Когда врач назначает вам лечение, вы:

а) тщательно следуете всем рекомендациям;

б) читаете аннотации, проверяя, правильно ли назначено лечение;

в) часто пренебрегаете назначениями.

4. Если назначенное лечение сразу не подействовало, вы:

а) сообщаете об этом своему лечащему врачу;

б) меняете лечащего врача;

в) бросаете лечение.

5. Как вы относитесь к лекарственным средствам?

а) врач лучше меня разбирается в лекарствах - ему и решать, что назначать, мне остается лишь выполнять указания;

б) предпочитаете принимать старые, уже хорошо проверенные средства;

в) считаете, что лекарства только отравляют организм.

6. Что вы ждете от врача?

а) диагноза и лечения;

б) сопереживания и поддержки;

в) больничного листа.

7. Когда врач причиняет вам физическую боль, вы:

а) терпите, понимая, что это, скорее всего, необходимо для излечения;

б) требуете другого лечения или обезболивания;

в) испытываете ненависть к своему мучителю.

8. Какой способ диагностики вызывает у вас больше доверия?

а) личный опыт врача и его интуиция;

б) хорошая современная аппаратура;

в) только сам больной может разобраться в собственном организме.

Теперь подведите итоги. За каждый из выбранных вариантов а) поставьте себе 2 балла, за б) - 1 балл, за в) - 0. Суммируйте полученные очки.

Если вы набрали 12-16 баллов, вы отличный пациент. Каждый врач хотел бы иметь такого больного. Совместными усилиями вы сумеете побороть любую, даже самую опасную, болезнь.

Если вы набрали от 6 до 10 баллов, вы слишком полагаетесь на собственное мнение по поводу лечения. Побольше доверяйте докторам, не меняйте врача во время лечения и строго следуйте всем назначениям. Ваше здоровье зависит от того, сумеете ли вы предоставить врачу решать, как вас лечить.

Если ваши баллы еле дотянули до 5, вы рискуете заработать хроническое заболевание: самолечение, как и полное отсутствие лечения, никогда не доводит до добра.

Владимир МИХАЙЛОВ.

ИГРА СВЕТА И ТЕНЕЙ

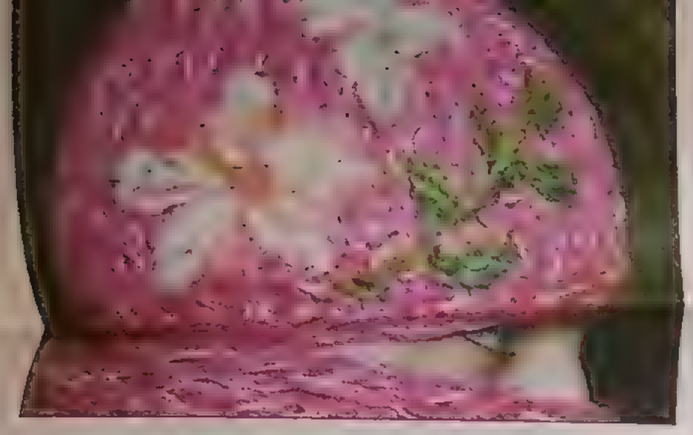
Освещение комнаты не менее важно, чем макияж для женского лица, так как с его помощью возможно кардинально изменить общее впечатление от всего помещения.

Допустим, вы уже решили, что над кухонным столом должен быть низкий теплый свет, а сам светильник - соответствовать стилю обстановки загородной виллы. Почему бы и нет? Ну не будет у нас шале на средиземном побережье. Зачем же лишать себя радости иметь поблизости напоминание о далекой роскоши? В любом случае, эффектный осветительный прибор, находящийся в центре вашего семейного очага, - самый заметный и влиятельный предмет в пространстве, а следовательно, он должен радовать глаз, поднимать настроение и дарить чувство удовлетворения собственной изобретательностью. Но не потрясать масштабом затрат и не смущать сомнениями: то или не то? Возьмите инициативу создания красоты в собственные руки. Надо начать с поисков достойного стеклянного плафона (не в дорогих салонах, а на развалах и распродажах). Лучше, если вам удастся найти плафон без всякой комплектации - обойдется дешевле и обеспечит свободу в оформлении. Присмотрите нечто отнюдь не миниатюрное с теплым оранжево-мандариновым оттенком. Это цвет натурального огня, уюта, тепла, недаром так долго освещал жизнь наших семей легендарный оранжевый абажур. Итак, вы нашли его - размер солидного арбуза, цвет уюта, а дальше - сплошная фантазия. В свое время мне удалось приобрести в магазине "Свет" два стеклянных "мандарина", завалявшихся на полке из-за отсутствия арматуры. Стало ясно, что подвешивать их надо солидно и декоративно - для этого пошли в ход цепи для собак цвета черного кованого металла стоимостью 1 рубль (в бывшем отделе "Охотник" бывшего магазина ГУМ). Пришлось поломать голову над креплениями, активизировав запасы крышек, гаек, деталей от старых бра и прочую мелочь, которую я имею в большом количестве. Собрали, укомплектовали, зажгли. О, ужас! Оказалось, сквозь волнисто-апельсиновое, но прозрачное стекло лампочка (а она должна быть не менее 100 свечей) светит слишком ярко. Тогда пришло гениальное решение, которым я горжусь вот уже 20 лет всякий раз, как зажигаю свой фонарь. Из ярко-медной фольги пришлось нарезать ленты и крючком связать "чулок", за которым и прячется лампа. Порезы на пальцах - пустяки, ведь результат превзошел все ожидания. Отражение света в ажурных переплетениях фольги дало эффект мерцающего огня и дорогостоящей роскоши. Витое оформление из выкрашенной в черное металлической ленты (бывший крепеж упаковки книжного шкафа) и веточка искусственного плюща довершили настроение моей кухни - дух флорентийского дворца.

Второй "мандарин" был использован для изготовления масштабной люстры для гостиной, где он в тандеме со скучной пятирожковой люстрой, деревянным кольцом от венского стула, бронзовыми деталями старой настольной лампы и хрустальными подвесками образовал нечто величественно-дворцовое, сочетающееся с кухонным светом и родственно-милое мне, как всякое дело собственных рук, в которое вложены фантазия и труд.

Людмила БОЯДЖИЕВА.

ШАПКА, ВАРЕЖКИ



ШАПКА, ВАРЕЖКИ И ШАРФ

Вам потребуется: 500 г пряжи средней толщины в 2 сложения, спицы № 12, чулочные спицы № 5.

Плотность вязания: шапка, шарф (спицы № 12) 10 х 10 см = 7 петель х 10 рядов, варежки (спицы № 5).

Шапка. Наберите крестообразным набором на спицы № 12 пряжей в 4 сложения 39 петель. Свяжите первый ряд изнаночными петлями (изнанка работы), затем вяжите лицевой гладью. Через 15 см от начала работы сделайте сокращения петель для макушки:

1-й ряд - кромочная, 1 лицевая, *2 вместе лицевой, 2 лицевых*, повторяйте от * до *, кромочная.

2-й ряд - изнаночные.

3-й ряд - кромочная, 1 лицевая, *2 вместе лицевой, 1 лицевая*, повторяйте от * до *, кромочная.

4-й ряд - изнаночные.

5-й ряд - кромочная, все петли по 2 вместе лицевой, кромочная.

Затем переснимите на другую спицу все оставшиеся петли, не провязывая их, отрежьте нить длиной 30 см, вставьте в иглу и переснимите петли на нее, стяните и этой же нитью сшейте.

Шарф. Наберите 35 петель на спицы № 12 пряжей в 3 сложения и вяжите резинку - 3 лицевых, 3 изнаночных:

1-й ряд - кромочная, *3 лицевых, 3 изнаночных*, в конце ряда 3 лицевых, кромочная

2-й ряд и все последующие - по рисунку.

Через 2 метра закройте петли.

Варежки. Наберите на чулочные спицы № 5 28 петель, распределите их на 3 спицы (9 + 9 + 10), а четвертой вяжите сначала резинку 2 лицевых, 2 изнаночных высотой 4 см, затем лицевой гладью до основания большого пальца еще 6-7 см. После этого начните вывязывать палец. Для этого на спице, где сидят 10 петель, сделайте клин за счет накидов **(см. схему)**, при этом продолжая вязание по кругу. Затем снимите 8 петель на булавку и продолжите вязание по кругу на 28 петлях (9 + 9 + 10). Через 8-10 см от пальца сделайте закругление макушки варежки. Для этого вяжите:

1-й круговой ряд - *2 вместе лицевой, 2 лицевых*, повторять от * до *.

2-й ряд - все лицевые.

3-й ряд - * 2 вместе лицевой, 1 лицевая*.

4-й ряд - все лицевые.

5-й ряд - все петли по 2 вместе лицевой. Затем переснимите петли на спицу с ниткой, которой вязали, и стяните или сшейте "петля в петлю". Довяжите палец, набрав дополнительно 2 петли из полотна варежки. Через 4 см сократите петли, провязывая только 1-й круговой ряд макушки варежки, оставшиеся петли сшейте трикотажным швом "петля в петлю". По желанию сделайте вышивку, как подскажет ваша фантазия.

Людмила ОЛЕЙНИК.

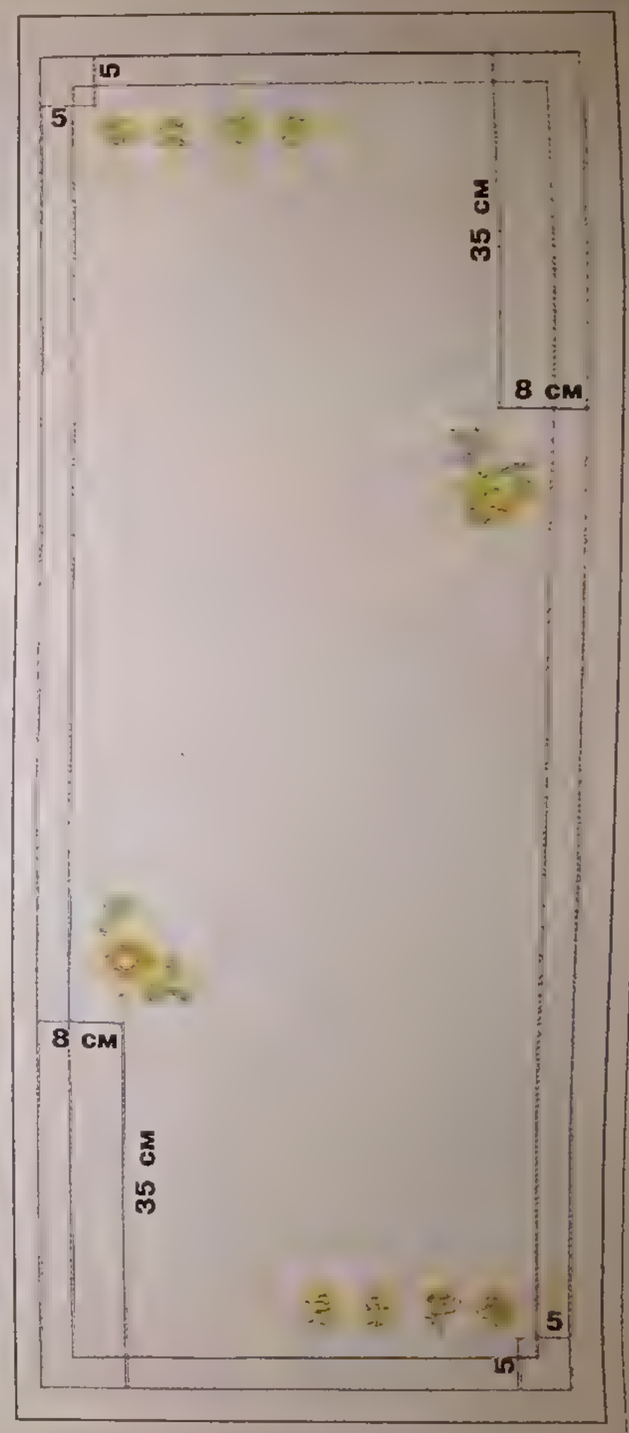
СХЕМА БОЛЬШОГО ПАЛЬЦА ВАРЕЖКИ

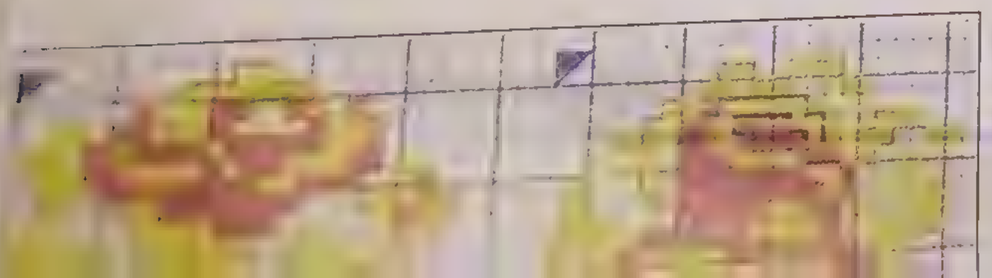
СТИЛЬНЫЕ РОЗЫ

Яркие желтые розы на льняных салфетках и скатерти смотрятся очень эффектно. К тому же этот стильный комплект будет уместен в любом интерьере.

Для работы вам понадобятся льняное полотно подходящего размера и нитки DMC арт. 117.

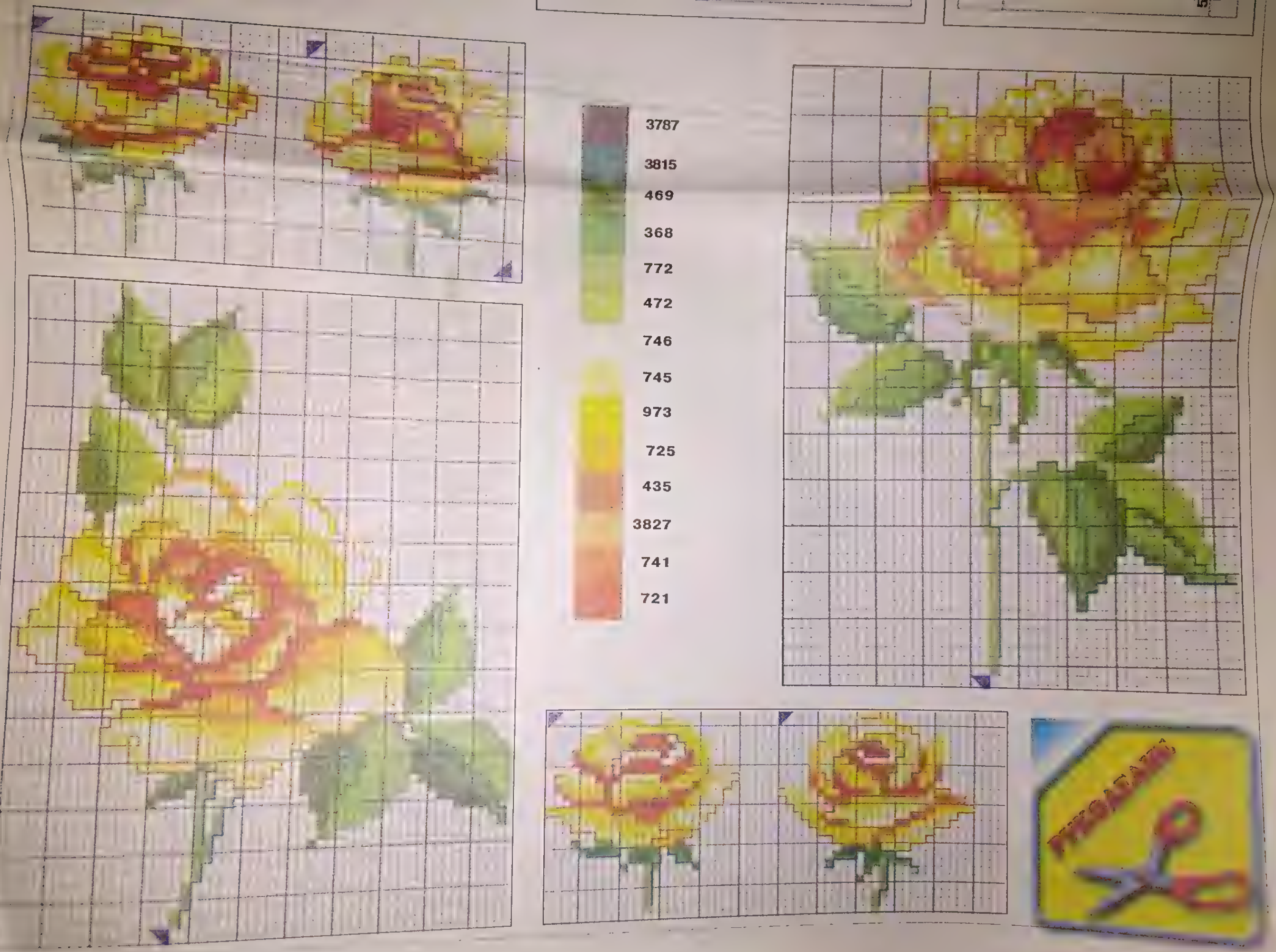
Ольга ЦАПЛИНА, дизайнер.





3787

3815


3787
3815
469
368
772
472
746
745
973
725
435
3827
741
721

КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

БЕЛЯШИ ПО ВЫХОДНЫМ

У нас в семье все очень любят беляши. Поэтому я часто по выходным балую домочадцев этим угощением.

КЛАССИЧЕСКИЕ БЕЛЯШИ

Для теста возьмите 3,5 стакана муки, 20 г дрожжей, стакан молока, 50 г сливочного масла, пол чайной ложки соли.

Для начинки: 500 г мякоти баранины (или говядины), яйцо, соль, перец, 2-3 луковицы, четверть стакана воды, 200 г жира для жарки.

Приготовьте дрожжевое безопарное тесто. Хорошо вымесите его, скатайте в жгут, нарежьте на 20 равных частей. Сделайте шарики, дайте расстояться 5 минут, затем раскатайте лепешки. Мясо и лук дважды пропустите через мясорубку, добавьте воду, яйцо, соль и перец. Фарш выложите на середину лепешек, края теста загните на фарш, придавая изделию форму ватрушки. После 20-30-минутной расстойки жарьте в глубокой сковороде в горячем жире сначала с открытой, потом с закрытой стороны.

БЕЛЯШИ ПО-КАЗАХСКИ

Для теста потребуется 3,25 стакана муки, стакан молока, 15 г дрожжей, чайная ложка сахара, соль.

Для начинки приготовьте: 800 г баранины или говядины, 3 луковицы, треть стакана молока, соль, перец, растительное масло или жир для жарки.

В подогретом молоке растворите соль, сахар, всыпьте часть муки, влейте разведенные дрожжи, размешайте, добавьте оставшуюся муку и замесите тесто. Поставьте его на 2 часа в тепло. Мясо пропустите через мясорубку, добавьте мелко нарезанный лук, соль, перец, молоко или воду и перемешайте. Тесто разделите на маленькие кусочки, раскатайте лепешки. На середину каждой лепешки положите фарш, края теста защипите, оставив середину открытой. Жарьте в большом количестве жира, начиная с открытой стороны.

БЕЛЯШИ С РЫБОЙ

Приготовьте тесто из 300 г муки, 10 г сливочного масла, чайной ложки сахара, 10 г дрожжей, стакана воды, трети чайной ложки соли.

Для начинки: 400 г филе трески или другой рыбы, 80 г лука, 10 г муки, 2 столовые ложки растительного масла, соль, перец, жир для жарки.

Сделайте тесто безопарным способом. Рыбное филе припустите, пропустите через мясорубку. Нарезанный лук спассеруйте с мукой, смешайте с рыбным фаршем, посолите, поперчите и перемешайте.

Дальше готовьте и жарьте беляши обычным способом.

БЕЛЯШИ ПО-УРАЛЬСКИ

Для теста понадобится 4 стакана муки, 20 г дрожжей, 1,5 стакана молока, 2 столовые ложки сливочного масла, пол чайной ложки соли.

Для начинки - 500 г свинины или говядины, 700 г свежей капусты, 2 луковицы, соль, жир для жарки.

Безопарным способом приготовьте тесто. Мясо вместе с луком и капустой пропустите через мясорубку. Посолите, хорошо перемешайте. Готовое тесто нарежьте на маленькие кусочки, раскатайте лепешки. На середину положите фарш, края соберите и защипите, оставив отверстие посередине. Жарьте в горячем жире сначала отверстием вниз, затем переверните.

БЕЛЯШ-ПИРОГ С МЯСОМ И КАРТОШКОЙ

Для начинки возьмите по 200 г говядины и баранины с жирком, 2 луковицы, перец, соль, 2 листика лаврушки, стакан мясного бульона или воды.

Для теста необходимо взять 150 г маргарина, 150-200 г забродившего (можно свежего) кефира, яйцо, 2 столовые ложки майонеза, 2 столовые ложки сметаны, 100 г растительного масла, по пол чайной ложки соли и соды, погашенной уксусом, и муки столько, сколько возьмет тесто.

Растопите маргарин, залейте в него кефир, вбейте яйцо и добавьте остальные компоненты, кроме муки. Все размешайте, добавьте муку и вымешивайте до тех пор, пока тесто не перестанет прилипать к рукам. Оно получится жирным. Положите его в морозильник и займитесь начинкой. Нарежьте мясо, картофель и лук. Добавьте специи. Когда начинка будет готова, достаньте тесто из морозильника. Разделите на две части, одна больше другой. Большую часть раскатайте и уложите в неглубокую сковороду так, чтобы края теста выходили за ее края. Смажьте тесто растительным маслом и положите начинку. Раскатайте другую часть теста, накройте начинку и защипите края покрепче, чтобы образовавшийся бульон не вытекал. Сверху сделайте отверстие, через которое налейте в беляш полстакана мясного бульона или кипяченой воды. Отверстие закройте небольшим кусочком теста. Поставьте сковороду в хорошо разогретую духовку. Как только беляш зарумянится, убавьте огонь до минимума. Через час откройте отверстие и залейте в беляш еще полстакана бульона, отверстие снова закройте. Если беляш сильно зарумянился, то накройте его фольгой.

Раскладывайте беляш по тарелкам следующим образом: сначала срежьте крышку и нарежьте на нужное количество порций, затем начинку разложите по тарелкам, срежьте высокие края днища и разделите его между гостями. Самое вкусное - днище. Разрежьте и разложите по тарелкам.

Светлана СУХАНОВА.
Оренбург.

НЕЖНАЯ МАРИНА

ОВОЩНОЙ САЛАТ

На большую плоскую тарелку выложите слой чернослива. Следующий слой - куриная грудка. Затем - вареный картофель, потом - грибы с луком. На них -

ЛЮБИТЕЛЯМ СУХАРИКОВ

ОРЕХОВОЕ ПЕЧЕНЬЕ

Из 3,5 стакана просеянной

Муку просейте и быстро замесите эластичное тесто. Уберите его в холодильник на

Жарьте в горячем жире сначала части, одна больше другой.

Оренбург.

НЕЖНАЯ МАРИНА

НЕЖНЫЙ САЛАТ

На одну порцию вам потребуется отварная картофелина, 100 г слабосоленой семги, *50 г сыра твердых сортов, 25-30 г сливочного масла, чайная ложка красной икры, зелень. А количество порций определяется количеством гостей.*

В глубокий маленький салатник выложите картофель, нарезанный маленькими кубиками. на него - слой семги, нарезанной маленькими тонкими ломтиками, затем натертый на крупной терке сыр, сверху натертое на терке замороженное сливочное масло, и последний слой - красная икра, равномерно покрывающая весь салат. При желании можно украсить салат веточкой петрушки.

САЛАТ ИЗ КУРИЦЫ С МАСЛИНАМИ

Вам понадобится один отварной куриный окорочок или куриная грудка, 100 г очищенных измельченных грецких орехов, 3 яйца, сваренных вкрутую, 250 г твердого сыра, оливковый майонез, банка маслин.

У курицы отделите мясо от костей. Мякоть мелко нарежьте и выложите на большое плоское блюдо. Посыпьте тонким слоем грецких орехов. На них - натертые на мелкой терке яйца. Следующий слой - мелко порубленные маслины без косточек. Полейте майонезом, сверху посыпьте тертым сыром. Последний слой - [illegible] грецкие орехи. [illegible] салату хотя бы пару часов [illegible], чтобы все слои пропитались

ОВОЩНОЙ САЛАТ С ЯБЛОКАМИ

Потребуется 3 яблока, 4 сладких болгарских перца, 5 помидоров, 200 г капусты, 2 моркови, луковица, 5 столовых ложек растительного масла, соль, сахар по вкусу.

Перец, помидоры, лук порежьте. Яблоки и морковь натрите на крупной терке. Капусту нашинкуйте. Посолите и подсластите. Заправьте растительным маслом и перемешайте.

САЛАТ "МАРИНА"

Возьмите 100 г чернослива, 300 г копченой куриной грудки, 2 очищенные отварные картофелины, 350 г обжаренных с луком шампиньонов, 3 сваренных вкрутую яйца, свежий огурец, соль, перец, майонез по вкусу.

Курицу, огурец и картофель нарежьте кубиками, чернослив распарьте и, удалив косточки, тоже мелко порежьте.

На большую плоскую тарелку выложите слой чернослива. Следующий слой - куриная грудка. Затем - вареный картофель, потом - грибы с луком. На них - мелко нарезанные яичные белки, а сверху - раскрошенные желтки. Последний слой - измельченный огурец. Каждый слой промазывайте майонезом и, если надо, добавляйте соль и перец.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ И ЯБЛОК

На одну черную редьку - 2 яблока, 4 зубчика чеснока, 100 г майонеза, 2 красных сладких перца, зелень укропа.

Очищенные редьку и яблоки нарежьте соломкой. Сладкий перец порежьте мелкими кусочками. Все перемешайте, добавив толченый чеснок и мелко нарезанный укроп. Выложите в салатник и залейте майонезом.

Нина ВАДБОЛЬСКАЯ.
г. Артемовский
Свердловской области.

КАЛЬМАРЫ-ФРИ

КАЛЬМАРЫ С ОВОЩАМИ

Хорошо промойте 1 кг кальмаров, посолите, поперчите по вкусу и обжарьте на сливочном масле. Три луковицы нарежьте колечками и тоже слегка обжарьте. Обжарьте до полуготовности 2-3 нарезанные брусочками картофелины. Все сложите в кастрюлю с толстым дном. Добавьте дольками два помидора, залейте двумя стаканами томатного соуса и тушите примерно полчаса. Пока кальмары тушатся, очистите от кожицы 2 соленых огурца, порубите и потушите несколько минут, смешайте с 3-4 измельченными зубчиками чеснока и добавьте в готовые кальмары с овощами. Блюдо можно посыпать измельченной зеленью.

КАЛЬМАРЫ-ФРИ

На 1 кг кальмаров понадобится 2 яйца, 3-4 столовые ложки муки, 5 столовых ложек сливочного масла, 500 г лука, столовая ложка муки, 2 стакана растительного масла.

Кальмары очистите, отварите, нарежьте кольцами, посолите, поперчите, опустите во взбитые яйца, а затем обваляйте в муке и обжарьте на сливочном масле до готовности.

Лук нарежьте кольцами, обваляйте в муке и обжарьте в большом количестве растительного масла. Выложите на сито, дайте маслу стечь и смешайте с кальмарами.

Светлана ТРОФИМОВА.
Кемерово.

ЛЮБИТЕЛЯМ СУХАРИКОВ

ОРЕХОВОЕ ПЕЧЕНЬЕ

Из 3,5 стакана просеянной муки, половины стакана сметаны, стакана сахарного песка, 2 яиц, половины чайной ложки соды, 150 г сливочного масла замесите гладкое тесто и уберите его на полчаса в холодильник. Охлажденное тесто раскатайте в пласт толщиной примерно 0,5 см, формочкой или стаканом вырежьте печенье. Подготовленное печенье смажьте взбитым яйцом, посыпьте рублеными орехами и выпекайте на смазанном маслом противне в разогретой до 220 градусов духовке минут 10-15.

ПЕЧЕНЬЕ К ЧАЮ

Вам потребуется по стакану муки и картофельного крахмала, полстакана сметаны, 2 яйца, 3 столовые ложки сливочного масла, три четверти стакана сахара, пол чайной ложки соды и четверть чайной ложки соли.

Смешайте муку, крахмал и соду, просейте и смешайте с остальными продуктами. Вымесите эластичное тесто и положите на 10-15 минут в холодильник. Затем раскатайте в пласт толщиной 1 см, вырежьте печенье разной формы и выложите на смазанный маслом противень. Выпекайте в разогретой духовке при температуре 250 градусов. Дайте печенью остыть и только после этого снимайте с противня.

КОРЖИКИ

Возьмите 3,5 стакана муки, полстакана сметаны, 4 яйца, полстакана сахара, 150 г сливочного масла, пол чайной ложки соды, четверть чайной ложки соли, яйцо для смазки, ванильный сахар.

Яйца разотрите с сахаром. Муку просейте и быстро замесите эластичное тесто. Уберите его в холодильник на полчаса. Затем раскатайте, вырежьте круглые коржики, смажьте их яйцом, посыпьте ванильным сахаром или сахаром, смешанным с корицей. Выпекайте на присыпанном мукой противне в разогретой до 250 градусов духовке.

"ИЗЮМИНКА"

Вам потребуется 2,5 стакана муки, 3 яйца, четверть чайной ложки соды, три четверти стакана сметаны, 100 г сливочного масла, 2 столовые ложки простокваши, по полстакана изюма и рубленых орехов, соль на кончике ножа.

Замесите тесто. Поставьте на 20 минут в холодильник. Охлажденное тесто разделите на несколько частей. Каждую раскатайте в "колбаски" толщиной 5-6 см. Выложите их на присыпанный мукой противень, смажьте верх взбитым яйцом, при желании можно посыпать сахаром или орехами. Выпекайте в разогретой до 250 градусов духовке. Готовые "колбаски" остудите и нарежьте ломтиками.

СУХАРИКИ

Из 2 стаканов муки, 3 яиц, 1,5 стакана сахара, 100 г сливочного масла, половины чайной ложки соды замесите тесто. При желании можно добавить по вкусу ванилин. Уберите тесто на 15 минут в холодильник, затем скатайте "батончики" толщиной 3-4 см, выложите их на смазанный противень и выпекайте при температуре 230-240 градусов. Готовую выпечку разрежьте на "сухарики" толщиной 1-1,5 см.

Людмила ВИНОГРАДОВА.
Архангельск.

ЧЕРЕПАШКА В РОМАШКАХ

РОМАШКИ В РУБАШКЕ

Длинный огурец очистите и разрежьте вдоль пополам. Удалите семена и промокните чистой салфеткой. Сваренное вкрутую яйцо и 50 г ветчины нарежьте кубиками, добавьте 200 г творога, 2 чайные ложки хрена, чайную ложку горчицы, соль, перец. Перемешайте и наполните половинки огурцов, плотно прижмите их друг к другу и поставьте на час в холодильник. Затем нарежьте кружочками толщиной 1 см. Смотрится очень эффектно.

КОЛОБОЧКИ ИЗ ПЕЧЕНКИ

Вам потребуется 0,5 кг печени, желтки 3 сваренных вкрутую яиц, соль, перец по вкусу, майонез, зелень.

Печень отварите, пропустите через мясорубку, добавьте соль, перец, майонез и как следует перемешайте. Из полученной массы слепите шарики величиной с грецкий орех и обваляйте в размятых желтках. Выложите на блюдо и украсьте зеленью.

ФАРШИРОВАННЫЙ КАРТОФЕЛЬ

Некрупные картофелины отварите в мундире, очистите, сделайте ложкой углубление так, чтобы клубни были подобны чашкам. Приготовьте фарш. Шампиньоны отварите, нарежьте и обжарьте с луком. Добавьте в фарш вынутую часть картофеля. Перемешайте, заправьте майонезом и нафаршируйте клубни. Сверху посыпьте рубленой зеленью.

САЛАТ "КОРОНА"

На глубокую тарелку уложите мелко нарезанное отварное мясо. На него - слой натертого на мелкой терке отварного картофеля. Но этот слой должен быть диаметром меньше мясного. Затем - тертые отварная морковь, сыр, вареное яйцо, грецкие орехи. Каждый последующий слой должен быть меньше предыдущего. Можно повторять слои несколько раз. Готовый салат залейте майонезом и дайте настояться 2-3 часа.

САЛАТ "ГНЕЗДО"

Продукты берутся в произвольных количествах.

Картофель-фри, нарезанные соломкой вареную морковь и отварную курицу перемешайте. Добавьте нарезанные кубиками белки вареных яиц и репчатый лук. Посолите, поперчите, заправьте майонезом и выложите в форме гнезда на плоское блюдо. Натрите на терке плавленый сыр, добавьте измельченный чеснок, майонез, перемешайте, слепите небольшие шарики, обваляйте в измельченных желтках. Получившиеся "яйца" осторожно выложите в "гнездо".

САЛАТ "ЧЕРЕПАШКА"

Вам потребуется 300 г отварного куриного мяса, по 200 г грибов и репчатого лука, 3 сваренных вкрутую яйца, отварная морковь, 100 г твердого сыра, яблоко, 100 г грецких орехов, майонез, зелень.

Салат выложите слоями в следующей последовательности: куриное мясо, предварительно отваренные и обжаренные с луком грибы, натертые на терке яйца, майонез, нарезанная кубиками морковь, натертый на крупной терке сыр, яблоко, нарезанное мелкими кубиками, дробленые грецкие орехи. Смажьте майонезом, обильно посыпьте зеленью и выложите панцирь из половинок грецких орехов.

Татьяна ШЕВЧЕНКО.
пос. Береза
Самарской области.

МЕНЮ ДЛЯ СЕРДЦЕЕДА

ПОЧКИ В СМЕТАНЕ

На 600-800 г почек вам потребуется 6-8 картофелин, морковь, 4-5 соленых огурцов, стакан сметаны, 3-4 зубчика чеснока, столовая ложка томатной пасты, соль, перец по вкусу.

Почки разрежьте пополам, залейте холодной водой и вы-

смешанной с томатом, положите рубленый чеснок и тушите до готовности овощей.

ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ С ГРИБАМИ

Вам потребуется 800 г печени, по стакану сметаны и грибного бульона, 2 луковицы, 2 соленых огурца, 2 стакана томатного соуса, полстакана сметаны, лавровый лист, соль, перец, зелень петрушки по вкусу.

Сердце вымочите в холодной воде часа 2-3. Промойте, положите в кипящую воду и отварите до готовности. Если вы используете говяжье сердце, то варить нужно 3-4 часа, если свиное - 2,5 часа.

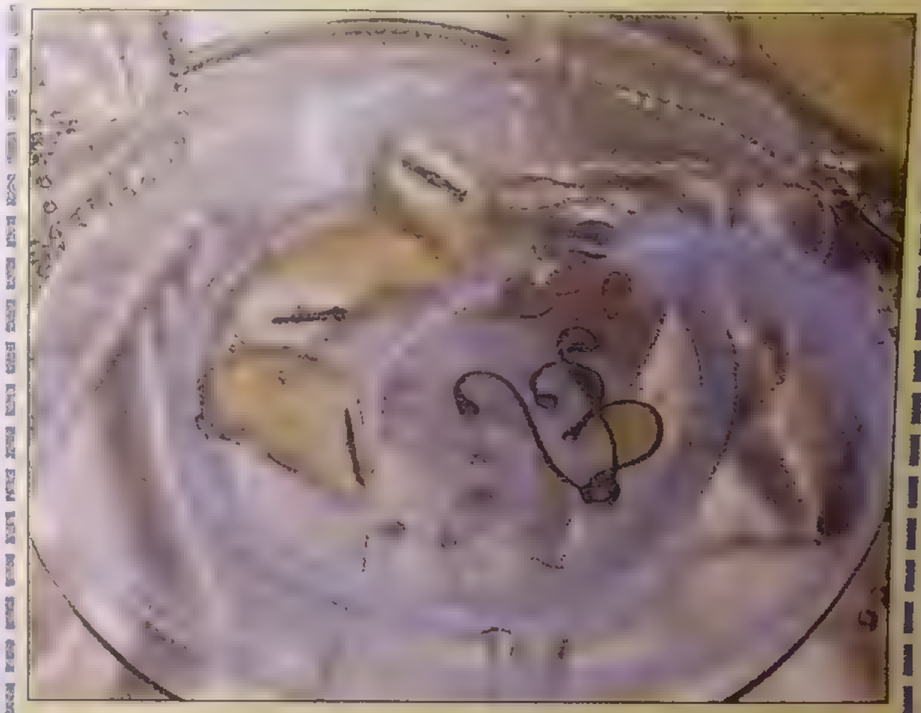
Примерно за час до оконча-

Любой десерт, безусловно, хорош сам по себе. Но оригинально оформленный, он доставит еще больше радости. Во всяком случае, так утверждает мастер производственного обучения московского профессионального училища № 19, призер международных, российских и московских конкурсов кондитеров Ирина БАЛЫКОВА.

СЮРПРИЗ НА ДЕСЕРТ

Банановый сюрприз

Бананы очистите, разрежьте пополам, заверните в слоеное тесто и обжарьте во фритюре. Готовое блюдо подается со свежими ягодами и шоколадным соусом.



Торт "Удивительное наслаждение"

Готовый бисквит разрежьте на два коржа. Один корж пропитайте коньяком, выложите на него крем, приготовленный из свежих ягод ежевики и взбитых сливок. Накройте вторым коржом и покройте шоколадной глазурью.

МЕНЮ ДЛЯ СЕРДЦЕЕДА

ПОЧКИ В СМЕТАНЕ

На 600-800 г почек вам потребуется 6-8 картофелин, морковь, 4-5 соленых огурцов, стакан сметаны, 3-4 зубчика чеснока, столовая ложка томатной пасты, соль, перец по вкусу.

Почки разрежьте пополам, залейте холодной водой и вымачивайте не менее 3 часов, несколько раз меняя воду. Затем положите их в кастрюлю, залейте 3 л холодной воды, доведите до кипения. Отвар слейте, залейте почки чистой водой и снова доведите до кипения. Этот отвар тоже следует слить. В третий раз залейте холодной водой и варите до готовности. Готовые почки выньте, обмойте, нарежьте тонкими ломтиками и слегка обжарьте. Морковь натрите на терке, картофель нарежьте тонкими брусочками и обжарьте по отдельности. Овощи и почки сложите в огнеупорную посуду или керамические горшочки, добавьте очищенные и нарезанные огурцы, посолите, поперчите, залейте сметаной, смешанной с томатом, положите рубленый чеснок и тушите до готовности овощей.

ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ С ГРИБАМИ

Вам потребуется 800 г печени, по стакану сметаны и грибного бульона, 2 луковицы, 5-6 сушеных грибов, 2 столовые ложки томата-пюре, 50 г сливочного масла, полстакана муки, соль, перец по вкусу.

Печень нарежьте небольшими ломтиками, посолите, поперчите, обваляйте в муке и слегка обжарьте на сливочном масле. Грибы замочите, отварите, мелко нарежьте и обжарьте вместе с нашинкованным луком. Печень вместе с грибами сложите в сотейник, влейте грибной бульон, сметану, томат-пюре и тушите минут 15-20.

СЕРДЦЕ, ТУШЕННОЕ С ОВОЩАМИ

На 0,5 кг сердца возьмите 5 картофелин, 3 моркови, 2 луковицы, 2 соленых огурца, 2 стакана томатного соуса, полстакана сметаны, лавровый лист, соль, перец, зелень петрушки по вкусу.

Сердце вымочите в холодной воде часа 2-3. Промойте, положите в кипящую воду и отварите до готовности. Если вы используете говяжье сердце, то варить нужно 3-4 часа, если свиное - 2,5 часа.

Примерно за час до окончания варки добавьте соль. Готовое сердце выньте из отвара, опустите на полчаса в холодную воду, затем порежьте на тонкие ломтики, сложите в глубокую сковороду, залейте томатным соусом и сметаной. Сверху уложите слегка обжаренные ломтики картофеля и моркови, очищенные от кожи и семян мелко порезанные соленые огурцы. Добавьте лавровый лист, перец горошком. Перемешайте и тушите при слабом кипении, закрыв крышкой до готовности. Готовое блюдо посыпьте мелко порубленной зеленью петрушки.

Вероника МИХАЙЛОВА.
Уфа, Башкирия.

ДУШИСТЫЙ СБИТЕНЬ

ПРОСТОЙ СБИТЕНЬ

Вскипятите 6 л воды, добавьте в нее 0,5 кг меда, 700 г патоки, приготовленной из сахара и воды, пряности (корицу, гвоздику, мяту, хмель) и кипятите 30 минут. Пейте горячим.

СУЗДАЛЬСКИЙ СБИТЕНЬ

150 г меда смешайте с 1 л воды, кипятите 20 минут, затем добавьте по 15 г гвоздики, корицы, имбиря и кардамона. Кипятите еще 5 минут. Затем процедите и добавьте 150 г жженого сахара.

МОСКОВСКИЙ СБИТЕНЬ

Возьмите 200 г меда, 150 г патоки, 1 г корицы, по 2 г гвоздики, хмеля, мускатного ореха, душистого перца, 1 л воды. Мед с водой вскипятите вместе с [illegible] добавьте пряности и прокипятите 5 минут. Настаивайте полчаса, процедите и подавайте горячим.

ВЛАДИМИРСКИЙ СБИТЕНЬ

В 1 л кипящей воды добавьте 200 г меда, варите при слабом кипении полчаса, затем добавьте по 5 г гвоздики, корицы, имбиря, лавровый лист и кипятите еще 5 минут

СБИТЕНЬ С ВИНОМ

Вскипятите 1 л сухого красного вина, добавьте 150 г меда и по 0,1 г корицы, гвоздики, мускатного ореха. Настаивайте полчаса, процедите и подавайте горячим.

ДУШИСТЫЙ ЗАВАРНОЙ СБИТЕНЬ

На 1 кг меда - 3 л воды, 40 г хмеля, пакетик сухих дрожжей, гвоздика, корица, кардамон, мята по вкусу.

Воду вскипятите, растворите в ней мед, тщательно перемешайте и выдержите сутки. Затем, непрерывно помешивая и снимая пену, кипятите напиток на слабом огне в течение двух часов. За 15 минут до окончания добавьте хмель и пряности. Перелейте в емкость с плотно закрывающейся крышкой, остудите, добавьте дрожжи, разведенные в теплой воде. Укупорьте и на две недели поставьте в прохладное место. Затем процедите и разлейте в бутылки, которые лучше хранить в холодильнике. Пьют такой сбитень охлажденным.

Валентина ЖУКОВА.
Воронеж.

ТОРТ "УДИВИТЕЛЬНОЕ НАСЛАЖДЕНИЕ"

Готовый бисквит разрежьте на два коржа. Один корж пропитайте коньяком, выложите на него крем, приготовленный из свежих ягод ежевики и взбитых сливок. Накройте вторым коржом и покройте шоколадной глазурью.

"ПЕТИ-ФУРЫ"

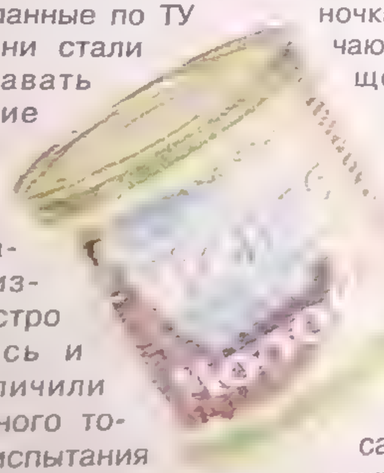
Готовые бисквиты склейте джемом или конфитюром, покройте шоколадной или белой глазурью, а глазурью другого цвета нанесите рисунок.

НАША ЭКСПЕРТИЗА

И ГДЕ ЖЕ МОЛОКО?

Журнал "Спрос" протестировал сгущенное молоко, на этикетке которого имелась ссылка на ГОСТ. Не так давно эта надпись считалась гарантией того, что в банках именно коровье молоко, а не растительные жиры. Тест показал, что сегодня ей верить нельзя.

Еще пару лет назад на прилавках господствовали комбинированные продукты, то есть сгущенка, сделанная не из молока, а в основном из растительных жиров. После того как потребителям объяснили, чем отличаются сгущенки, сделанные по ТУ и ГОСТу, они стали явно отдавать предпочтение изделиям, выпущенным по классическим канонам. Производители быстро перестроились и заметно увеличили долю популярного товара. Однако испытания показали, что ссылки на [illegible] вовсе недостаточно, чтобы гарантировать высокое качество и привычные для большинства потребителей вкус и запах. И даже маркированные нужным образом баночки нередко заметно отличаются от традиционной сгущенки.



Лабораторному анализу подверглось одиннадцать образцов, заявленных на этикетках как "цельное сгущенное молоко с сахаром". Если верить названию и информации о составе, ничего, кроме коровьего молока и сахара, в баночках быть не должно. Между тем в трех образцах эксперты обнаружили растительные жиры, причем в преобладающих количествах. Например, в продукции ООО "Веневский консервно-молочный комбинат" и ООО "Воронежмолконсерв" молочного жира оказалось менее 15 процентов от массовой доли жира, остальное - растительного происхождения. Еще хуже обстоят дела у Елинского пищевого комбината - в баночках его производства молочного жира и вовсе кот наплакал - всего 5 процентов.

Иначе как фальсификатами подобные изделия не назовешь. Производители могли бы честно информировать потребителей о включении растительных жиров, но зная, что натуральная сгущенка пользуется большим спросом, они сознательно вводят их в заблуждение.

Впрочем, фальсификация хотя и главная, но не единственная беда сгущенного молока. Раз "согрешив", производители позволяют себе и по другим позициям отклоняться от ГОСТа.

Например, продукция Главпродукта, ОАО "Верховский молочно-консервный комбинат" оказалась недостаточно жирной. Массовая доля жира - 7,3 процента вместо заявленных 8,5 процента. Ближе к норме, но также ниже предельной черты жирность "Останкинского" молока - 8,3 процента.

А ЗАО "Кореновский молочно-консервный комбинат" "сэкономил" на сахаре: вместо положенных по норме 43,5 процента в его продукции только 39,6 процента.

Не надо открывать ГОСТ, чтобы вспомнить, что у хорошей сгущенки вкус пастеризованного молока, лишенный посторонних привкусов (за исключением, может быть, чуть-чуть кормового). В ней не должны попадаться кристаллы молочного сахара. Цвет молока белый с кремовым оттенком и равномерный по всей массе.

К сожалению, таким сгущенное молоко бывает далеко не всегда. В частности, среди образцов теста оказалась "засахаренная" сгущенка - это была "Останкинская".

Выводы теста

Три из одиннадцати образцов, заявленных как "цельное сгущенное молоко с сахаром", на деле оказались комбинированными молочными продуктами с содержанием молочного жира менее 15 процентов.

ГОДОВОЙ РЕМОНТ

шин стоит ровно полцены нового аппарата с такими же параметрами. Это справедливо и для

центов дороже, чем в Англии. Зато работа наших [illegible] стоит вдвое

...но, чтобы гарантировать высокое качество и привычные

...разцах эксперты обнаружили растительные жиры, причем в преобладающих количествах. На-

...происхождения. Еще хуже обстоят дела у Елинского пищевого комбината - в баночках его производства

...дение.

Впрочем, фальсификация хотя и главная, но не единственная беда сгущенного молока. Раз "согрешив", произво-

...деле оказались комбинированными молочными продуктами с содержанием молочного жира менее 15 процентов.

ДОРОГОЙ РЕМОНТ

Бытовая техника у нас в основном импортного производства, но это вовсе не гарантирует ее от поломок.

"Расчетный срок службы, допустим, стиральной машины хорошего качества - десять лет, но у каждого четвертого владельца серьезные проблемы возникают на рубеже пятилетнего срока работы", - говорит главный инженер Московского объединения "Рембытсервис" Николай Сазонов.

Аналогичная картина и за рубежом. По данным исследований экспертов британского журнала для потребителей "Which?", за шесть лет автоматической стирки проблемы с машиной были у 20 процентов опрошенных. Имейте в виду, что меньше всего хлопот своим хозяевам доставили немецкие машины "Miele", "Bosch" и "AEG". Лишь каждый десятый их владелец обращался за этот период в ремонтную мастерскую. А вот итальянская техника фирмы "Ariston" показала другие результаты: в ремонте побывала треть ее стиральных машин.

Компании - производители бытовой техники и по международным, и по российским правилам обязаны поставлять запасные части в ремонтные мастерские в течение всего срока службы аппарата. "Они это и делают, - рассказывает Н. Сазонов. - Нет проблем заказать запасные части к бытовой технике, которую ведущие фирмы производили в течение десяти лет. Весь вопрос в том, сколько стоят эти детали". Британские эксперты составили список моделей, которые продавались пять-шесть лет назад, и рассчитали, во что обойдется ремонт. Оказалось, набор наиболее часто ломающихся элементов стиральных машин стоит ровно полцены нового аппарата с такими же параметрами. Это справедливо и для сравнительно недорогой машины "Candy", которая стоит сейчас около 450 долларов, и для солидного "Bosch" при цене 650 долларов. Конечно, все одновременно не сломается, но после шестилетнего срока эксплуатации придется менять многие детали, так что цена машины может подскочить в полтора, а то и в два раза.

В российских сервисных центрах запчасти для стиральных машин всего на 8-10 процентов дороже, чем в Англии. *Зато работа наших мастеров стоит вдвое, а то и втрое дешевле, чем в Европе.* Вызов мастера там стоит не менее 80 долларов. У нас же по прейскуранту приход мастера на дом обойдется в 600 рублей, а сама работа - еще в 400. Другое дело, что наши мастера по прейскуранту практически не работают. Поэтому зачастую ремонт обходится не дешевле, чем новая машина.

Алексей МЯСНИКОВ.

К

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ!

ЧУДО-ПЕЧКА

По немецкой лицензии

ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

1790 рублей

Обогреет дом и дачу, **защитит** от неожиданных холодов парники и птичники, **приготовит** пищу. Не требует трубы дымохода и вытяжки. Практически не дает запаха, безопасна в эксплуатации, компактна.

Вес 5,5 кг. Работа без дозаправки 15 часов. Топливо дизельное (солярка), керосин.

Расход 2л/сут.

Цена чудо-печки указана с учетом доставки почтой.

ПРИГОТОВЛЮ САМ К СТОЛУ КАРБОНАТ И ВЕТЧИНУ!

950 рублей

С помощью этой коптильни всего за 1,5 часа вы сможете самостоятельно в домашних условиях приготовить деликатесы из мясных и рыбных продуктов и полуфабрикатов.

Цена домашней коптильни указана с учетом доставки почтой.

Габариты 39,5 x 32,5 см

Масса 5,3 кг

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ

ФИО

Почтовый адрес (с индексом)

☐ Чудо-печка

☐ Домашняя коптильня

Наш адрес: 101000, Москва, Главпочтамт, а/я 344, "АА-43"

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ

ПОДТВЕРЖДЕНИЕ НЕОБХОДИМО

Моя дочь уже три года проживает в Московской области, а бухгалтерия ЖСХ продолжает начислять на нее коммунальные услуги. Дочь не сохранила регистрации с места пребывания за прошедшие годы, и я не могу предоставить их в бухгалтерию. Будут ли свидетельские показания моих соседей действительными? Можно ли предоставить справки с места работы дочери?

М.М. БОГДАНОВА.
пос. Междуреченский Архангельской области.

Подтверждение необходимо, но какое конкретно, решают местные власти вашего региона. Возможно, будет достаточно справок с места работы дочери.

Полоса подготовлена при участии экспертов журнала "Спрос" и юристов кафедры "Правовые основы экономики" МГТУ "СТАНКИН"

ЛЮБОВЬ К ЖИЗНИ ДОЛЖНА БЫТЬ ВЗАИМНОЙ

Как правило, тех, кто не любит себя, не любит никто. Могут жалеть, сочувствовать, а любить... Любят других - уверенных, бодрых, несущих в себе ощущение надежности, перспективы.

Еще страшнее другое: тех, кто не любит себя, как правило, не любит и жизнь. Они коротают свои дни кое-как, махнув рукой на собственную судьбу, и судьба отвечает беднягам взаимностью, раздавая призы бодреньким, самоуверенным, не страшащимся испытать свои силы в бою. Другие взлетают на волне удачи, а замкнувшиеся, затравленные своими недостатками серенькие мышки отсиживаются по углам. Да еще всеми силами отбрыкиваются от выпадающих им шансов изменить ситуацию. "Кому мы такие нужны? Синие чулки, гадкие утята, закоренелые холостяки, неисправимые неудачники... И не пытайтесь найти мне применение: этого я не умею, того не выношу, ничего не люблю, ничем не интересуюсь, не знаю, не могу, не хочу. Только не трогайте меня, не тащите с на[illegible] не заставляйте крутиться, обжигаться, на[illegible]шишки, требовать, до[illegible]. Ведь я такой неприкрытие своего подлинного, неповторимого "я". Заклеванный на птичьем дворе нелепый утенок, умаляющей собственные внешние, душевные, деловые качества, дремлет царевна. В крайнем случае - красна девица. Только не убеждайте меня, что в вас лично ничего хорошего не дремлет.

Неужели вы, повесившие нос под напором не возвышающих вас, не вселяющих бодрости обстоятельств, не помните, как однажды (был, был такой момент!) блистали очарованием, находчивостью, проявили недюжинную силу и предприимчивость. Говорили себе: ай да я, ай да молодец! А потом потеряли веру в себя и все ниже сгибались под тяжестью комплексов, позволяя засосать себя сонному болоту. Сон самоуважения, парализующий волю, страшен: может не сойти никогда лягушачья кожа. Удел такого человека печален.

Еще одно напоминание не умеющим любить себя: разве может кто-то дождаться тепла, участия, любви от вас - не расщедрившихся на эти порывы души даже для себя? Самоуничижение - вид мрачного эгоизма. А кому приятно связываться с таким жутким типом? Давно известно: человека воспринимают таким, каким он сам себя чувствует. Ощущает себя женщина интересной, и никому в голову не придет копаться в недостатках ее одежды или внешности. Ореол уверенности, как гипнотическая завеса, защищает от любых негативных влияний среды. А ведь как полное пренебрежение собой, так и самолюбование почти не зависят от объективных факторов.

Сколько топ-моделей и знаменитых актрис признаются в том, что считали себя неуклюжей уродиной! Потом появился тот самый продюсер, режиссер мужчина. Появился и не только оценил невидимые миру достокрывшиеся сокровища души и сердца.

А вот завораживающий мо[illegible] распахиваются двери, и,

Теперь попробуйте взглянуть на себя со стороны: одеты кое-как, лицо кислое, походка вопит о неудачах. Ничего делать неохота - зачем? Все равно не справлюсь. Закоренелый страх руководит вами, и прежде всего - лень!

Взгляните, взгляните повнимательней: неужели все ваше существо, ваша энергия, обаяние, ваши душа и тело, созданные в единственном экземпляре, не стоят любви? Вашей собственной любви? Прежде всего запомните, множество болезней происходит от небрежного, негативного отношения к собственной персоне. Вы знаете, что нужно протирать обувь, ухаживать за растениями. А кто позаботится о вашем теле? Кто осветит сумрак в вашей душе, развеет угнетающую тоску? Рассчитывать прежде всего надо на себя самого. Только не на доходягу, а на сильного человека. Кому, как не вам, взяться за раскопки, добывая из-под завалов самокритики живые ростки ценных качеств?

Спасайте себя, гадкие утята! Не сдавайтесь! Найдите в себе силы возродиться, подняться, встряхнуться и признаться: да я, собственно, все могу! Ничем не хуже других, преуспевающих, знающих себе цену. Не беда, если вы не пробьетесь в "звезды", не станете начальником. Ваша жизнь решительно изменится - вы займете в ней по праву причитающееся вам место. И главное - сделаете это вы сами, не рассчитывая на "продюсера"!

Женщинам любого возраста лучше начать [illegible] преображения - [illegible] себя, любимую, [illegible] куклой, новой [illegible] метикой. Потом [illegible]

...интересуюсь, не знаю, ... не хочу. Только не ... меня, не тащите с на... дивана, не застав... крутиться, обжигаться, на... шишки, требовать, до... ваться. Ведь я такой непри... способленный, со всех сторон - урод!"

Могу вам сказать по секрету - нет такого гадкого утенка, который не мечтал бы стать лебедем.. Обратите внимание: самый чарующий момент в любимых сказках - чудо преображения. Раскрепощение, освобождение от злых чар, раскрытие своего подлинного, неповторимого "я". Заклеванный на птичьем дворе нелепый утенок в один прекрасный момент взмывает в небо, поднимая на сильных крыльях свою лебединую стать. Затырканная, безропотная замарашка превращается в принцессу, ту единственную, которую полюбил самый лучший на свете принц. Ведь не за красивое же платье - за раскрывшиеся сокровища души и сердца.

А вот завораживающий момент: распахиваются двери, и, как майский ветер, врывается в скучнейшую статистическую "контору" очаровательная, лучащаяся радостью женщина. Та, что еще вчера была пугалом, мымрой. Любовь, как по мановению палочки, превратила лягушку в царевну. Правильно, в фильме "Служебный роман" В жизни, конечно, все происходит не так быстро. Но в каждой "лягушке", принижающей свои достоинства до уровня болота, самолюбование почти не зависят от объективных факторов.

Сколько топ-моделей и знаменитых актрис признаются в том, что считали себя неуклюжей уродиной! Потом появился тот самый продюсер, режиссер, мужчина. Появился и не только оценил невидимые миру достоинства, но и сделал их эталоном привлекательности. А если такой не появился? Или появился, но не оценил? Такое бывает, увы, чаще. Счастливый случай вообще редко выпадает в жизненной лотерее. Это не повод признать свое поражение. Только не говорите, что неумехи, не ссылайтесь на плохую комплекцию, дырявую память, крайнюю ранимость. Истинная причина ваших неудач в другом: вы не любите, не цените себя. Вы сдались, отмахнувшись: пусть другие, более умелые, пробиваются, пусть другие устраивают свою жизнь. А у меня и так сойдет.

...причитающееся вам место. И главное - сделаете это вы сами, не рассчитывая на "продюсера"!

Женщинам любого возраста лучше начать с внешнего преображения - побаловать себя, любимую, приятной покупкой, новой прической, косметикой. Потом заставить тело совершенствоваться диетой, спортом... Да вы и сами все прекрасно знаете. Мужчинам же прежде всего надо забыть об удобном диване, пока его пыльные недра не растворили в себе мышечную и мозговую массу "человека мыслящего".

Шевелитесь. Еще не поздно! Спасайте свое неповторимое, созданное в единственном экземпляре существо. Любовь к себе - самая главная ваша обязанность перед миром, частью которого вы являетесь.

Людмила БОЯДЖИЕВА.

НЕ КОПИТЕ ОБИДЫ...

На работе бывает всякое, и не каждый мирно уживается в коллективе. Как высказать претензии коллеге, подчиненному и даже начальнику и при этом не обидеть, не прослыть скандалистом, а, напротив, улучшить деловые отношения? Вот что советуют психологи.

Не навешивайте ярлыков. Ваши слова должны быть связаны только с поступком человека, но не с оценкой его личности. Если сотрудник опоздал, не обобщайте: "Вы безответственный!" - речь должна идти лишь о конкретном опоздании.

Не требуйте невозможного - говорить можно только о том, что человек в силах изменить. То есть ваша критика должна быть конструктивной. Недопустимы фразы типа "Вы слишком стары для этого...", "Конечно, при таких родителях...".

Постарайтесь говорить именно о том чувстве, которое вы действительно испытываете по этому поводу. "Мне было очень обидно, что вы сделали мне замечание при всех..." Так как вы говорите не о сути замечания, а лишь о собственных эмоциях, это не провоцирует ответное возражение и исключает развитие ссоры.

Попробуйте не давать советов ("Я бы на твоем месте...") и не ставить ... "Это неразумно", "Это нере... Тем самым вы занимаете ... позицию, которая едва ...

Не копите обиды, не делайте их предметом обдумывания по ночам ("Я ему скажу... А если он мне ответит... Ну, тогда я ему..."). Не припоминайте давних обид - вы-то их помните, а другой давно уже забыл, о чем идет речь. В то же время, прежде чем сказать первое слово, будьте уверены, что в данный момент вас готовы выслушать. Поэтому лучше не выяснять отношения, когда человек занят работой, или плохо себя чувствует, или прямо с "порога", а также в присутствии других.

Всегда высказывайте претензии лично человеку - нельзя допускать "прозрачные намеки" в его присутствии ("А вот некоторые сотрудники постоянно опаздывают...", "А кое-кто считает..."). Такие фразы ставят человека в двусмысленное положение: ответить нельзя, потому что имя не названо, и промолчать тоже - ведь и он, и окружающие поняли, о ком идет речь. А подобная атмосфера в коллективе не способствует нормальным деловым отношениям.

Анатолий САФОНОВ.

К

НАДУВНОЙ МАТРАЦ-КРОВАТЬ

Идеален для отдыха на воде, на пляже, в лесу, дома. Флокированный (приятная на ощупь бархатная поверхность), водонепроницаемый, компактный.

- King (203 x 183 x 13см) Цена - 1650 р.
- Queen (203 x 152 x 13см) Цена - 1500 р.
- Double (191 x 137 x 13см) Цена - 1350 р.

НАСОС ДЛЯ МАТРАЦА И БАССЕЙНА

- Цена 450 руб.

НАДУВНОЙ БАССЕЙН

Спасет от изнуряющей жары. Имеет удобное расположение отверстия для слива воды. Прочный надувной пол обеспечивает дополнительную подушку.

- Бассейн надувной, 229x56 см. Цена 1990р.
- Бассейн надувной, 152x56 см. Цена 1290р.

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ

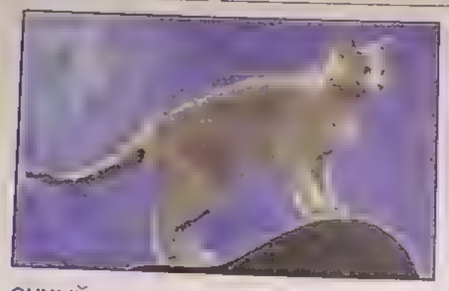
☐ Матрац King ☐ Бассейн 229x56 см
☐ Матрац Queen ☐ Бассейн 152x56 см
☐ Матрац Double ☐ Насос

ФИО
Полный адрес (с индексом)

Наш адрес: 101000, Москва, Главпочтамт, а/я 344, "ДД-43"

ПРИЕМ ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ!

По-северному строгая, задумчивая красота этой кошки находит свое продолжение и в ее характере. В нем нет ни сложности, ни эксцентричности. Он покоряет своей сдержанностью. Она скромница, и в этом ее очарование. Молчунья, но ее молчание увлекательно, а улыбка, таящаяся в уголках губ, загадочна. В своем доме она представляет для хозяев бесшумное, но ласковое окружение, живое напоминание о том, что главное в семье - это согласие. Она обладает довольно тихим голосом, который редко звучит в доме, "пение" в связи с половой активностью также менее выражено, чем у других пород. Однако, несмотря на характер - "нордический, выдержанный", русская голубая кошка - одна из самых проворных, едва ли не рекордсмен по быстроте реакции в кошачьем мире. Обожает побегать по дому и поиграть со своими хозяевами, к которым очень привязана. Русская голубая любит стабильность в жизни, хорошо знает привычки своего хозяина и уважает в них, как и в своих собственных, постоянство. Неудивительно, что внешность и характер русской голубой чаще приходится по душе людям с северным темпераментом, любящим порядок и точ- в доме и жизни, а также классицизма во



онный тип отличается большим ростом, более темным (чем американский тип) цветом, густым мехом и безупречно зелеными глазами с чистым изумрудным сиянием. Характер этих кошек подчеркнуто независим. Несмотря на легкость и грациозность фигурки, они очень сильны, и хоть с хозяевами ласковы, подвергать себя судейскому осмотру на выставках в их планы, как правило, не входит.

Американские заводчики селекционировали свой тип русской голубой кошки. Этот американский тип отличает относительно небольшое тело и значительно более светлый окрас, поставушей, а также несколько более округлые глаза, которые не всегда безупречно зелены.

Сегодня многие европейские заводчики ищут совершенства традиционного типа в золотой середине, работая с двумя описанными типами. Особенности традиционного типа при этом со-

АРХАНГЕЛЬСКАЯ ЛЕГЕНДА

Серо-голубая магия шерсти, прямой взгляд, которого не найти у других кошек, греческий профиль, чистые линии силуэта. Эту кошку отличает гордая осанка, походка исполнена достоинства. Но без малейших следов жеманства или кичливости. Русская голубая - легенды утверждают, что родиной ее является Архангельская губерния, да и прежнее название породы, бытовавшее в XIX веке и ранее, - архангельская кошка.

ПРОСЬБА НЕ ПУТАТЬ ГОЛУБЫХ С ГОЛУБЫМИ

В большом кошачьем мире на голубой цвет как на свою собственность могут претендовать три породы: русская голубая, британская голубая и корат. Окрас - единственное, что объединяет эти три самостоятельные породы, но этого бывает достаточно, чтобы некоторые путали их, поэтому кратко остановимся на различиях.

Мех кората, родиной которого является юго-восток Азии, гладкий и без подшерстка, в то время как у русской голубой подшерсток столь густой, что положение шерсти почти вертикальное. Прямой нос и четко очерченный треугольник черепа русской голубой отличается от более округлого черепа кората с небольшим "стопом" носа. И у кората, и у русской голубой зеленые глаза, но форма их различна, у последней - миндалевидная с нежным овалом, у кората - более круглые.

Что же касается британских голубых, то их родственные связи с русскими голубыми отрицать конечно же нельзя, ведь русские голубые нередко встречаются в

тящую голубой отлив шерсти.

Что касается расчесывания - одного-двух раз в неделю достаточно. Щетки надо использовать мягкие, волосяные. Хороши специальные резиновые перчатки для расчесывания. Не следует использовать щетки, выщипывающие подшерсток. Если в квартире есть косяки и углы, о которые кошка любит тереться, то на них можно укрепить тыльной стороной мягкие щетки - и кошка будет вычесывать часть шерсти сама. Это самовычесывание, впрочем, не отменяет вычесывания хозяином. Расчесывать русскую голубую кошку надо в основном против шерсти, "приучая" ее к вертикальному поло-

жению. Мыть топ-модель следует за неделю до выставки, ни в коем случае не используя красящие или осветляющие шампуни. Подойдут шампуни для короткошерстных животных и общего назначения. После мытья шерсть необходимо тщательно высушить полотенцем.

Любя свою красавицу, не следует ее перекармливать - ожирение искажает классическое представление о породе. Диета четвероногой топ-модели чем-то напоминает диету балерины: должны быть необходимые питательные вещества, витамины, микроэлементы, но то, что увеличивает вес, исключается (повышенное содержание жиров и т.д.). Из мясных продуктов самое лучшее - птица (любая), так как не вызывает аллергию и не портит бурым оттенком шерсть. Сухие корма тоже следует предпочитать на основе мяса птицы.

Сергей КОРШУНОВ.

ЗОЛОТОЙ И ДОБРЫЙ

Золотистый (сирийский) хомячок - небольшой грызун, похожий на обыкновенного хомяка, широко распространенного в нашей стране. По размерам он вдвое меньше крысы и отличается кротким нравом. По этой причине он стал частым обитателем живых уголков и незаменимым участником разнообразных научных ис-

...ность. Неудивительно, что внешность и характер русской голубой чаще приходится по душе людям с северным темпераментом, любящим порядок и точность в доме и жизни, а также поклонникам классицизма *во всех странах мира.*

СОВРЕМЕННЫЕ ТИПЫ РУССКОЙ ГОЛУБОЙ КОШКИ

Наиболее старый из достоверно известных типов этой кошки, живущий в Европе, назовем его традиционным, достаточно широко распространен в Британии и Скандинавии. Кошки этого типа в 90-х годах завезены и в Россию, более всего в Москву и Питер. Именно эти кошки в конце XIX - начале XX века именовались на европейских выставках архангельскими, "иностранным голубым типом", "русским голубым типом", пока, наконец, не были названы русскими голубыми. Этот традици-

более светлый окрас, поставушей, а также несколько более округлые глаза, которые не всегда безупречно зелены.

Сегодня многие европейские заводчики ищут совершенства традиционного типа в золотой середине, работая с двумя описанными типами. Особенности традиционного типа при этом сохраняются, но выглядят более рафинированными, отшлифованными. Голубой, более светлый мех, отливающий глазурью, - нежный и густой, стоящий почти вертикально, те же изумрудные глаза, широкие у основания вертикально поставленные уши, тонкий, но не мелкий костяк, длинные изящные лапы, гордая осанка, "танцующий" хвост. Следует помнить, кстати, что такие признаки, как ясно-зеленые глаза и однотонный голубовато-серебристый мех, окончательно формируются у русской голубой к возрасту одного года. До года глаза малыша могут быть частично желтыми, а мех иметь темные или светлые пятна. После года у породистых особей эти недостатки исчезают.

В XX веке порода знала и взлеты популярности, и годы забвения, но какое-то количество активных поклонников русской голубой имелось всегда. Они заботились о сохранении породы в самые трудные для нее годы, например во время Второй мировой войны. Особенно это касается Англии - эту страну в Европе считают колыбелью породы. Да, породы, но уже не аборигенной, а селекционированной. Согласно преданию английские моряки вывезли когда-то грациозных серых кошек из Архангельска, а уже в Англии, добавив к породе кровей британских кошек, получили современный тип русской голубой. Отсюда, кстати, и перламутровый отлив шерсти у традиционного типа русской голубой в Европе. Наши аборигенные кошки темнее, их точнее было бы назвать серыми с серебристым отливом.

небольшим "стопом" носа. И у кората, и у русской голубой зеленые глаза, но форма их различна, у последней - миндалевидная с нежным овалом, у кората - более круглые.

Что же касается британских голубых, то их родственные связи с русскими голубыми отрицать конечно же нельзя, ведь русские голубые нередко встречаются в качестве предков в очень старых родословных британцев. Но все же различия очевидны: медноглазые британцы элегантны, но тяжеловаты, массивны. А зеленоглазые русские голубые изящны и легки необычайно. Несмотря на то что до 1912 года обе эти породы экспонировались в одном классе - голубых, различия между ними были очевидны уже тогда, ибо внутри класса их разбивали на "тяжелый британский тип" и "легкий русский тип".

КАК ДЕЛАЕТСЯ ТОП-МОДЕЛЬ

Нет ничего проще, чем содержать короткошерстную кошку, - ежедневного причесывания мягкой щеткой будет вполне достаточно. Но если ваша любимица участвует в шоу, выставках, то она должна быть топ-моделью, и здесь не обойтись без некоторых правил. Этими советами со мной поделилась Елена Щипкова - большой знаток породы.

Одно из главных достоинств породы - серо-голубой, словно покрытый инеем, мех. Иногда на нем появляется бурый оттенок, который портит перламутровую красу. Этот бурый оттенок может появляться от лежания кошки на батарее, от чего мех, как говорят, "загорает". Такой же бурый оттенок может появиться, если кошка подолгу лежит на солнцепеке. Поэтому лучше оборудовать вашей любимице места для отдыха, исключающие эти причины.

Бурый оттенок шерсти может появиться и от присутствия говядины, печени и примеси пивных дрожжей в питании кошки. Исключив эти продукты из рациона, можно устранить и причину, пор-

ЗОЛОТОЙ И ДОБРЫЙ

Золотистый (сирийский) хомячок - небольшой грызун, похожий на обыкновенного хомяка, широко распространенного в нашей стране. По размерам он вдвое меньше крысы и отличается кротким нравом. По этой причине он стал частым обитателем живых уголков и незаменимым участником разнообразных научных исследований.

Впервые этого зверька зоологи открыли в 1839 году, а затем в течение почти ста лет никому не удавалось обнаружить это редкое животное. Лишь только два экземпляра чучел, хранившиеся в музеях Лондона и Бейрута, доказывали существование этого вида. Многие ученые относили золотистых хомячков к числу вымерших видов, и лишь в 1930 году в Сирии удалось обнаружить небольшие колонии этих зверьков, ведущих скрытый образ жизни и встречающихся крайне редко.

Вначале их разводили лишь в качестве любопытных живых ископаемых, интересовавших натуралистов и любителей редких животных. Но позже хомячки стали настоящими домашними и лабораторными животными. В настоящее время имеется много разновидностей домашних сирийских хомячков, различающихся по окраске (бежевые, голубые, черные, пятнистые, серые, белые) и по длине шерсти. По бокам у золотистых хомячков находятся кожные жировые железы - у самцов они крупнее, чем у самок, - выделяющие пахучий секрет. Эти железы имеют вид небольших облысений, что должны учитывать владельцы и не беспокоиться за здоровье животного, а тем более пытаться лечить.

В природе золотистый хомячок всеяден. Он питается растительными кормами и мелкими беспозвоночными. Домашних питомцев кормят зерновыми смесями с добавлением фруктов, овощей, листьев одуванчика, травы. Иногда можно давать сырое мясо и яйцо, сваренное вкрутую. Увлекаться кормами животного происхождения не стоит, так как белковая диета может привести к чрезмерному ожирению и как следствие - преждевременной гибели животного.

Клетка для хомячка должна быть цельнометаллической, ведь они очень шустро грызут дерево. На поддон лучше насыпать опилки. Чтобы обеспечить хомячку необходимый уровень подвижности, клетку следует оборудовать лесенками и колесом. Кроме того, ему нужно устраивать гнездо, для этой цели подойдет комок ваты.

В полуторамесячном возрасте хомячки уже способны к размножению. Беременность у них длится около 2 недель, а в возрасте 20 дней детеныши способны жить самостоятельно. Если вы хотите получить потомство, нужно учитывать, что самца к самке следует подсаживать только на момент спаривания, а затем удалять. Дело в том, что хомячки по натуре одиночки и в компании собратьев не нуждаются.

Хомячки - существа запасливые, поэтому время от времени нужно производить ревизию в гнезде и удалять все, что может гнить и плесневеть: кусочки овощей, фруктов и мяса, а зерновые запасы можно оставлять.

Елена ХРУСТАЛЕВА,
биолог.

ЦВЕТОК ДЛЯ ТЕНИ

Декоративность приусадебных участков в значительной степени зависит от правильного подбора растений и их размещения. Многие дачники огорчаются из-за тенистых уголков своего сада: мол, там ничего не вырастет. Между тем в тени дома, глухого забора или старых деревьев и кустарников можно выращивать довольно большой ассортимент теневыносливых растений.

Конечно же в тени не растут привычные всем розы, люпины, бегонии или гвоздики. Но, поверьте, в ваших силах превратить эти уголки в уютные и любимые всеми членами семьи. Нужно только немного пофантазировать.

Начать воплощение своего плана лучше всего с тех растений, которые, быстро разрастаясь, формируют обширные куртины. К таким относится роджерсия конскокаштанолистная. Это растение получило свое название в честь адмирала американского флота Джона Роджера. Во время экспедиции в Китай под его командованием впервые была найдена роджерсия стополистная.

Кроме того, название роджерсии конскокаштанолистной соответствует действительности. Ее листья напоминают листья каштана и по форме, и по размерам: ширина их составляет около 40 см. К тому же они растут на длинных черешках до 50 см длиной.

Цветет роджерсия в середине лета. В это время над поверхностью листьев появляются цветоносы длиной около 70 см с метельчатыми соцветиями и мелкими розовато-белыми цветками.

К почвам роджерсия нетребовательна, однако лучше развивается на достаточно питательных, богатых перегноем суглинках.

Весной вы можете ее размножить отрезками корневища. Сажайте деленки в хорошо подготовленную почву в лунки или бороздки на глубину 3-5 см с интервалом 15-30 см. Через 2-3 года молодые растения достигнут нормальных размеров. На одном месте роджерсии могут расти десятилетиями, если это место для них подходящее.

Наилучший декоративный эффект от посадки роджерсии получается при высаживании ее вместе с другими теневыносливыми многолетниками - папоротниками, хостами, колокольчиками.

Анна ЯНИНА,
фитодизайнер.

ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3

220 В, 1,5 кВт - от 11200 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - 5200 р.

М. Ленинский просп., 5 Донской пр-д, 21б, проходная ЭНИМС

Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

ТОВАРЫ - ПОЧТОЙ

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор "Золушка" на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1197 р.**
Эл. сепаратор (220 В, 55 л/час, гарантия 12 мес.) **1475 р.**
Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1753 р.**
Эл. мясорубка (вес 4 кг, гарантия 1 год, в комплекте - соковыжималка) **1585 р.**
Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **1096 р.**
Озонатор (220/12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1535 р.**
Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1540 р.**
Цена включает все затраты и действительна **до 30.11.2003 г.**

ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, телефон 8-383-2-74-04-42.

С семенами от «Марс» надежно!

«Уважаемая редакция! В № 38 вы писали о семенах от «Марса». Мне было очень приятно увидеть публикацию о фирме, благодаря которой мой участок вот уже несколько лет приносит мне радость!

[illegible] в том, что три года [illegible] заказала семе[illegible] «Марс». Расценки мне [illegible] знакомыми, а ас[illegible] очень широ-

В ФИРМЕННЫХ ВАКУУМНЫХ ПАКЕТАХ, СЕРТИФИЦИРОВАНЫ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЕМЕННОЙ И КАРАНТИННОЙ ИНСПЕКЦИЯМИ

СЕМЕНА "Марс" ПОЧТОЙ

ЦЕНЫ ПО ДАННОЙ ПУБЛИКАЦИИ ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫ ДО 30 АПРЕЛЯ 2004 г. НОЯБРЬ 2003

АРБУЗ: Астраханский - **1-60**.
БАКЛАЖАН: Алмаз, Снежный, Черный красавец - **1-50**.
БОБЫ: Черные русские - **3-60**.
БРЮКВА: Куузику - **1-10**.
ГОРОХ: Адагумский, Алтайский изумруд, Альфа, Амброзия - **1-50**.
ДРАЖЕ ЗЕМЛЯНИКА - Руяна - **3-60**.
ОГУРЦЫ: Аист, Береговой, Висконсин, Вязниковский, Изящный, Заречный, Конкурент, Надежный, Парад, Предгорный виноград, Светлячок, Феникс, Эталон - **1-60**, Добрыня - **1-50**.
Ранний красный, Рубин, Софит - **1-80**, 18 дней, Чемпион - **2-40**.
РЕДЬКА: Зимняя черная, Зеленая Маргеланская, Ладушка, Майская белая - **1-50**, Дайкон Саша - **1-80**, Дайкон Дубинушка - **2-10**.
РЕПА: Листовая - **1-50**.
трехцветный, Гипсофила (2 вида), Лен красный - **1-40**, Астры (20 видов), Бальзамин Клеома, Целозия, Подсолнечник (2 вида), Цинния (2 вида), Нигелла, Хризантема, Люпин, Рудбекия **1-60**, Петуния одно[illegible]

приятно увидеть публикацию о фирме, благодаря которой мой участок вот уже несколько лет приносит мне радость!

Дело в том, что три года назад я впервые заказала семена в ООО «Марс». Расценки мне показались приемлемыми, а ассортимент семян очень широкий. Поэтому даже несмотря на то, что фирма была мне незнакома, я все же решила рискнуть и сделала заказ. И не пожалела: урожай удался на славу! Вот уже три года, как я сотрудничаю только с «Марсом». Этим летом на своем участке в теплице мне даже арбузы удалось вырастить. Я на пенсии, и подобные эксперименты мне только в удовольствие – есть чем себя занять на заслуженном отдыхе. А какие тыквы уродились!

Словом, спасибо Вам за полезную информацию. Пусть и другие огородники последуют моему примеру и попробуют семена от «Марса»! Советую каждому.

С уважением
Белова В.А.,
Калининградская область».

Это письмо пришло к нам в редакцию после публикации «Космические урожаи от «Марс». Поэтому мы решили продолжить серию статей об ассортименте семян этой фирмы.

Вот уже шесть лет российские садоводы и огородники имеют возможность заказывать по почте семена у ООО «Марс». Кого-то привлекает приемлемая цена, кого-то гибкая система скидок. И все же главным критерием для каждого остается гарантия качества продукции. В одном из писем из Тульской области в адрес фирмы были такие строки: *«Теперь заказывать семена буду только у вас, потому что это надежно, проверено!»* Мы надеемся, что наши публикации окажутся полезными для всех читателей рубрики «Во саду ли, в огороде». К тому же уже самое время подумать о будущем дачном сезоне!

ЦЕНЫ ПО ДАННОЙ ПУБЛИКАЦИИ ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫ ДО 30 АПРЕЛЯ 2004 г.

НОЯБРЬ 2003

АРБУЗ: Астраханский - **1-60**.
БАКЛАЖАН: Алмаз, Снежный, Черный красавец - **1-50**.
БОБЫ: Черные русские - **3-60**.
БРЮКВА: Куузику - **1-10**.
ГОРОХ: Адагумский, Алтайский изумруд, Альфа, Амброзия - **1-50**.
ДЫНЯ: Золотистая, Колхозница - **1-20**.
КАБАЧКИ: Белый Марроу, Цуккини Марроу - **1-30**, Белоплодный, Горный, Грибовский, Желтоплодный - **1-50**, Зебра, Ролик, Скворушка, Якорь - **1-60**, Цуккини Негритенок - **1-80**, Овощное спагетти - **2-90**.
КАПУСТА: Брюссельская, Грибовская, Савойская, Амагер, Зимовка, Подарок, Слава , Ярославна - **1-10**, Вьюга, Белорусская, Июньская, Лосиноостровская, Московская поздняя, Полярная, Сибирячка, Листовая, Тайнинская, Точка - **1-20**, Дауэрвайс, Кольраби, Надежда, Судья, Юбилейная - **1-30**, Цветная Эрфуртская - **1-80**, Цветная Сноуболл - **3-00**, Трансфер F1- **3-40**, Экстра F1 - **3-50**, Колобок F1 - **7-20**.
КУКУРУЗА: НАРТ 150, РОСС 209, Юбилейный 55 - **1-50**.
ЛУК: Батун - **1-70**, Стригуновский - **1-80**, Мячковский, Штутгартер Ризен - **2-00**, Душистый - **2-30**, Даниловский красный, Халцедон - **2-50**.
ДРАЖЕ ЛУК - Мячковский, Штутгартер Ризен - **7-20**.
МОРКОВЬ: Болтекс, Витаминная, Лосиноостровская, Московская зимняя, Нантская без сердцевины, Рогнеда, Шантанэ - **1-60**, Леандр, Нантская, НИИОХ, Тушон - **1-70**, Сент Валери - **1-80**, Круглая Парижская - **2-00**.
ДРАЖЕ МОРКОВЬ (300 драже) - Витаминная, Московская зимняя, НИИОХ, Без сердцевины, Лосиноостровская, Нантская, Королева осени, Флакке - **5-50**.
ДРАЖЕ ЗЕМЛЯНИКА - Руяна - **3-60**.
ОГУРЦЫ: Аист, Береговой, Висконсин, Вязниковский, Изящный, Заречный, Конкурент, Надежный, Парад, Предгорный виноград, Светлячок, Феникс, Эталон - **1-50**, Добрыня - **1-60**, Афродита F1, Пальчик, Петрович F1, Серпантин - **2-00**, Парижский корнишон - **2-30**, Засолочный - **2-50**, Великолепный, Степной - **2-60**, Обильный, Родничок F1 - **3-40**, Бригантина F1, Дружина F1, Шремски F1 - **3-60**, Либелле F1, Малыш - **4-00**, Журавленок F1, Соловей F1 - **4-70**, Отелло F1, Сантана F1 - **8-10**, Паркер F1 - **14-00**.
ОГУРЦЫ САМООПЫЛЯЕМЫЕ: Фасон F1 - **3-60**, Апрельский F1 - **6-50**, Зозуля F1 - **8-40**, Ивушка - **9-00**, Верные друзья F1, Мазай F1, Буян F1 - **11-00**.
ПАТИССОНЫ: Белые, Диск - **1-70**.
ПАСТЕРНАК: Лучший из всех - **1-60**.
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ: Богатырь, Венти, Веспер, Виктория, Винни-Пух, Волжанин, Капитошка, Ласточка, Медаль, Нежность, Новогогошары, Подарок Молдовы, Яблочко - **1-40**, Калифорнийское чудо - **2-90**.
ПЕТРУШКА: Корневая, Листовая - **1-30**, Кудрявая - **1-50**.
ПРЯНЫЕ ТРАВЫ: Тимьян - **1-10**, Кресс-салат, Сельдерей, Фенхель - **1-30**, Базилик зеленый, фиолетовый, Горчица листовая, Тмин, Шпинат Матадор - **1-50**, Расторопша - **1-60**, Горчица белая - **2-10**, Эстрагон - **7-00**.
РЕДИС: Корунд, Красный великан, Розово-красный с белым кончиком, Саратовский - **1-65**, Вариант, Вюрцбургский, Жара, Заря, Моховский, Осенний Гигант, Ранний красный, Рубин, Софит - **1-80**, 18 дней, Чемпион - **2-40**.
РЕДЬКА: Зимняя черная, Зеленая Маргеланская, Ладушка, Майская белая - **1-50**, Дайкон Саша - **1-80**, Дайкон Дубинушка - **2-10**.
РЕПА: *Листовая* - **1-50**.
САЛАТ: *Московский парниковый, Новогодний, Фестивальный* - **1-10**, Азарт, Аттракцион, Берлинский, Крупнокочанный, Кучерявец Грибовский, Лолло Росса, Одесский кучерявец, Подмосковье - **1-20**.
СВЕКЛА: Двухсеменная - **2-00**, Бордо, Одноростковая - **2-10**, Детройт, Кормовая, Листовая (мангольд), Цилиндра - **2-40**.
ТАБАК КУРИТЕЛЬНЫЙ: Трапезонд 362 - **4-00**.
ТОМАТЫ: Барнаульский консервный, Белый налив, Волгоградец, Земляк, Лагидный, Московский осенний, Патрис, Перемога - **1-30**, Алёна F1, Грушевидный, Дар Заволжья, Мабел - **1-40**, Венета, Демидов, Лима, Пэкмор - **1-50**, Геркулес, Гранд, Дубок, Титан - **1-60**, Де-Барао (золотой, красный, розовый), Дубрава, Золотое руно, Москвич, Челнок - **1-70**, Луна, Сибирский скороспелый, Фонарик, Яблонька России - **1-80**, Новичок - **2-00**, Джина - **2-10**, Хурма - **2-30**, Лонг Кипер, Ямал - **2-70**, Балконный - **2-90**
ТУРНЕПС: Золотой шар - **1-30**.
ТЫКВА: Грибовская зимняя, Грибовская кустовая, Уфимская - **1-50**, Крошка - **1-80**, Стофунтовая - **2-60**.
УКРОП: Кибрай, Грибовский, Салют, Супердукат - **1-80**.
ФАСОЛЬ: Сакса - **2-10**, Вьющаяся Блэк Джек, Вьющаяся Херольд - **3-30**.
ЩАВЕЛЬ: Бельвильский, Широколистный - **1-80**.
ЦВЕТЫ: Амарант (4 вида), Иберис - **1-20**, Вьюнок трехцветный, Гипсофила (2 вида), Лен красный - **1-40**, Астры (20 видов), Бальзамин, Клеома, Целозия, Подсолнечник (2 вида), Цинния (2 вида), Нигелла, Хризантема, Люпин, Рудбекия - **1-60**, Петуния однолетняя *(3 вида)* - **1-80**, Гвоздика *Турецкая, Лакфиоль* - **2-00**, *Кореопсис, Нивянник* - **2-10**, *Василек (2 вида), Гвоздика перистая* - **2-40**, *Капуста декоративная* - **3-60**.

СТИМУЛЯТОР РОСТА:
Иммуноцитофит - 11-00
(1 упаковка - 10 таблеток на 20 литров раствора)

МИНИМАЛЬНЫЙ ЗАКАЗ
80 руб. +
почтовые расходы
(наложенный платеж)

Чем больше заказ, тем меньше почтовые расходы! (в процентном отношении)

Оплата заказа при получении на почте!
При заказе менее 2000 руб. ПРЕДОПЛАТЫ НЕ ДЕЛАТЬ!

Заказы присылать по адресу:
119017, Москва,
Бол. Толмачевский пер., д.3
Фирма "МарС"
по факсам: **(095) 953-30-75, 951-73-56**
по электронной почте:
mars@mar-s.ru

СИСТЕМА СКИДОК ПРИ СУММАХ БОЛЕЕ:
1000 руб. - 5%
2000 руб. - 9%
3000 руб. - 13%

Заказы свыше 2000 руб. выполняются после предоплаты почтовым переводом в размере 50% от стоимости заказа по указанному адресу, получатель: **Маршак Илья Исаевич.** Эти заказы и копию квитанции об оплате высылайте только **заказным письмом или по факсу.**

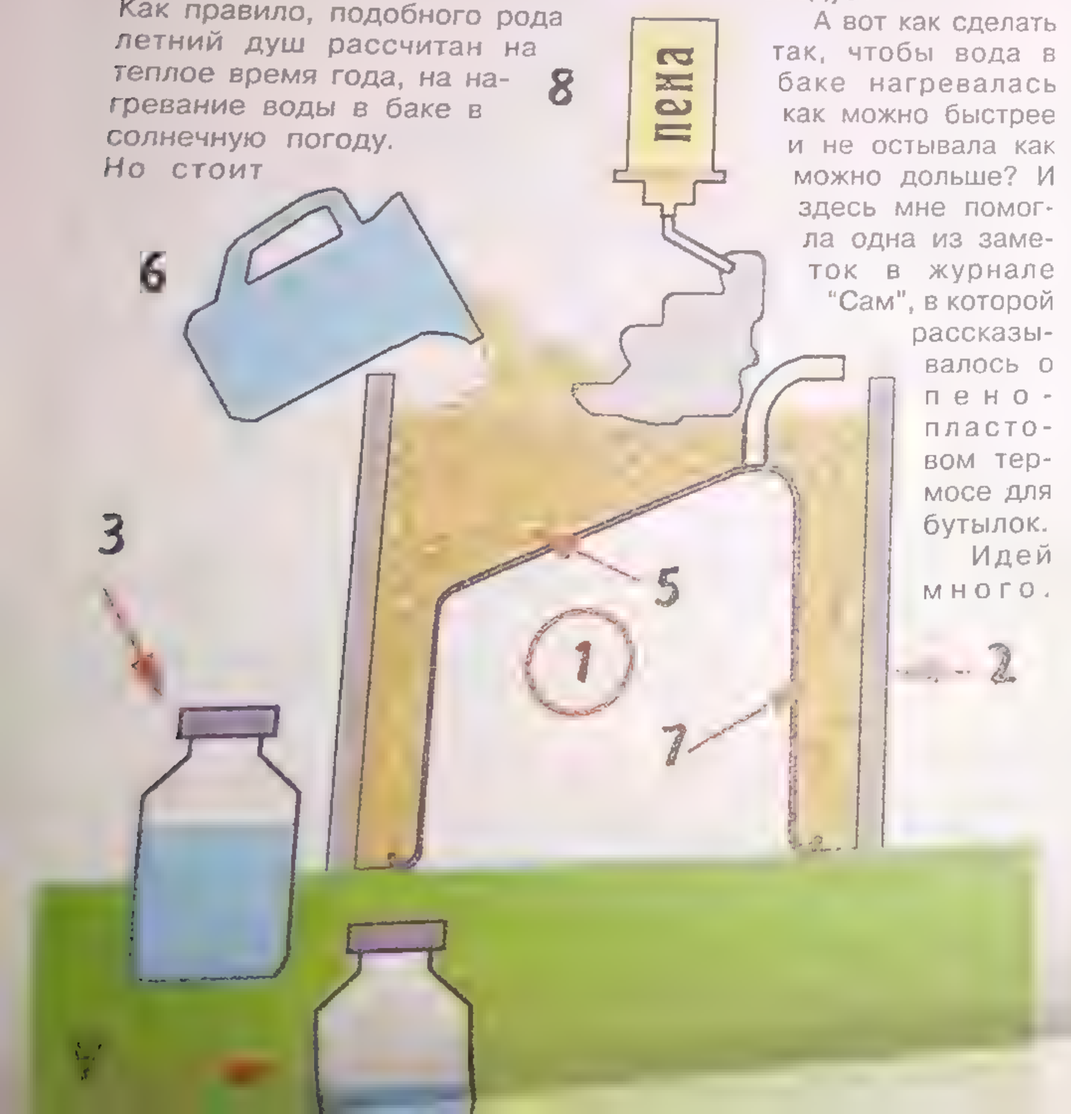
ПРИ ОПТОВОЙ ПРОДАЖЕ НА МЕСТЕ СКИДКИ ОТ 30% ДО 50% ОТ ЭТИХ ЦЕН!! ОФИС РАБОТАЕТ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!!!

Каждый дачник - садовод-огородник обязательно должен иметь свой летний душ. Одни покупают готовый, другие делают сами.

ТЕРМОС ДЛЯ ДУША

Каких только конструкций не придумано за все времена - с применением и стандартных бочек, и отслуживших свой срок бензобаков, и любых подходящих емкостей. Как правило, подобного рода летний душ рассчитан на теплое время года, на нагревание воды в баке в солнечную погоду. Но стоит бак я установил U-образный ТЭН на 1,5 кВт, причем изогнул его по форме бака. Изгибаются ТЭНы просто, так что бояться, что их можно повредить, не следует

А вот как сделать так, чтобы вода в баке нагревалась как можно быстрее и не остывала как можно дольше? И здесь мне помогла одна из заметок в журнале "Сам", в которой рассказывалось о пенопластовом термосе для бутылок. Идей много.



выспросить его компоненты у рабочих

Остальное сделать было очень просто. Установил бак горловиной вниз **(рисунок 1)**, вокруг него из пергамина скрутил цилиндр, зафиксировал его кусочками пенопласта так, чтобы между стенкой бака и пергамином был зазор 90-100 мм, куда и стал потом вливать вспенивающийся пенополиуретан, пока он не закрыл все дно бака тоже на 50-80 мм. Чтобы меньше расходовать вспенивающийся состав, внутрь заполняемого пеной объема закладывал кусочки пенопласта как можно плот-

проложить уплотнение из поролона. А в особо холодную погоду неплохо бак укрыть

Концы ТЭНов надо делать таким образом, чтобы они были не только хорошо

Организуйте, анализируйте, создавайте и общайтесь одновременно

Персональный компьютер QUATRUM на базе процессора Intel® Pentium® 4 с технологией HT

261-3401 contacts@pclife.ru

ТЕХНОСОФТ - Компьютерный центр Ⓜ Бауманская, ул. Старая Басманная, д. 25

Логотипы Intel Inside® и Pentium® являются зарегистрированными товарными знаками Intel Corporation

ТЕХНОСОФТ – Компьютерный центр ⓂБауманская, ул. Старая Басманная, д. 25
Логотипы Intel Inside® и Pentium® являются зарегистрированными товарными знаками Intel Corporation

Рис. 1. Изготовление бака-термоса.

1. Бак от стиральной машины.
2. Наружная оболочка бака из пергамина.
3, 4. Реактивы для приготовления вспенивающегося состава (2:1).
5. Заполнитель - кусочки пенопласта.
6. Вливаемая вспенивающаяся жидкость.
7. Затвердевшая пена.
8. Заполнение монтажной пеной (как вариант).

немного похолодать, как летний душ становится простым "украшением" участка.

Вот и я решил соорудить себе душевую установку, но только такую, которая не зависела бы от погоды и к тому же была бы дешевой. По части дешевизны в качестве бака для воды я решил использовать сорокалитровый бак из нержавейки от выброшенной старой стиральной машины. Он-то и явился основой душа моей конструкции.

Чтобы исключить влияние погодных условий, в качестве нагревательного элемента в

Можно просто обмотать бак теплоизоляционным материалом, можно засыпать эковату, сделав для этого специальную емкость вокруг бака.

Я же решил этот вопрос по-другому. Однажды, проходя мимо траншеи, где прокладывали трубы теплосети, я увидел, как рабочие утепляют стыки труб. Они смешивали какие-то два жидких компонента, после чего полученный состав заливали в стык, жидкость вспенивалась и затвердевала на глазах. Оказалось, что это - пенополиуретан. В продаже его не встретишь, поэтому пришлось

К

ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ!

Преобразователь электрической энергии «КАРАСЬ»

Предназначен для отлова рыб-производителей, больной, сорной рыбы без [illegible] вреда рыбе и окружающей среде. Принцип работы основан на анодном [illegible] рыб.

Технические характеристики

[illegible] питания	12В (аккумуляторная батарея)
[illegible] мощность	400 Вт
[illegible] действия	до 4 метров
[illegible] размеры	190x116x68 мм
[illegible]	0.8 кг
[illegible] частота и скважность.	
[illegible] сертифицировано.	

Гарантия 1 год.
Отпускная цена 1280 руб.

[illegible] почте
[illegible] (цена прибора + оплата перевода).

Заявки по адресу:
630129, г. Новосибирск 129, а/я 80
ООО «ОЛСА-СЕРВИС» Тел. 8 (383-2) 74-04-42

Чтобы меньше расходовать вспенивающийся состав, внутрь заполняемого пеной объема закладывал кусочки пенопласта как можно плотнее, но чтобы они закрывались вспучивающейся пеной.

Таким образом, получился бак-термос. При нагревании воды в таком баке теплопередача через стенки бака замедляется на несколько порядков, вода нагревается быстрее и остывает гораздо медленнее, а следовательно, и расход электроэнергии значительно меньше.

Если не удается достать этот спецсостав утеплителя, можно с успехом применить обычную монтажную пену, которая продается в любых магазинах. Надо, однако, помнить, что пенные заполнители эффективнее использовать в теплых условиях при температуре, рекомендуемой для применения монтажной пены.

После того как бак-термос был сделан **(рисунок 2)**, в него установил теплонагревательный элемент, накрыл сделанной из пенопласта крышкой. К выходной трубке бака с помощью гибких шлангов и хомутов подсоединил все необходимые элементы трубопроводной системы - кран, гибкий душ, тройник, водомерную трубку. Для водомерной трубки можно применить прозрачный шланг или стеклянную трубку. Между баком и крышкой необходимо проложить уплотнение из поролона. А в особо холодную погоду неплохо бак укрыть плотной тканью или доброй старой телогрейкой.

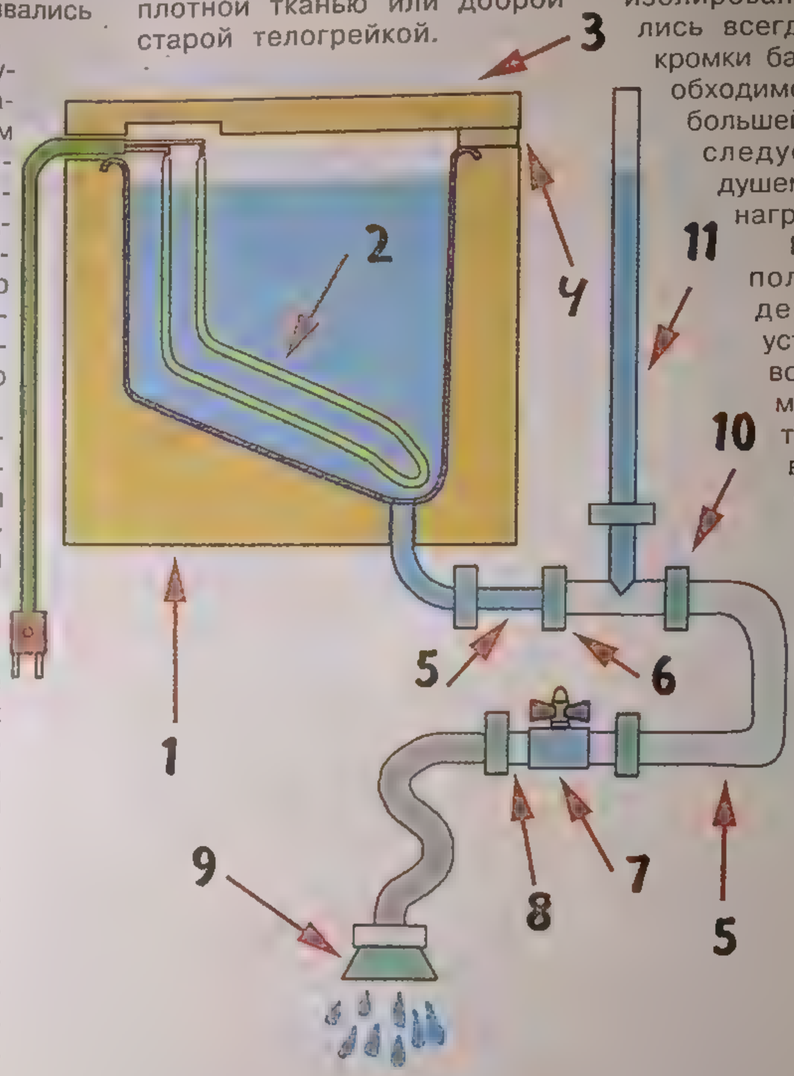


Рис. 2. Схема летнего душа с баком-термосом.

1. Бак-термос в сборе.
2. Теплонагреватель ТЭН в сборе с электрошнуром.
3, 4. Уплотнительная прокладка из поролона.
5. Шланги.
6. Хомуты.
7. Кран.
8. Сгоны.
9. Гибкий шланг с душем.
10. Тройник.
11. Водомерная трубка.

Концы ТЭНов надо делать таким образом, чтобы они были не только хорошо заизолированы, но и находились всегда выше верхней кромки бака, а сам бак необходимо заземлить. Для большей безопасности не следует пользоваться душем при включенном нагревателе!

Вот таким образом получилась весьма дешевая душевая установка из дармового бака и минимума покупных деталей и в то же время весьма эффективная по своим теплотехническим свойствам, пригодная к использованию при любых погодных условиях, даже при минусовой температуре.

Следует еще отметить особо то, что бак-термос я установил снаружи, вне помывочного отделения бани, что позволяет использовать душ даже зимой.

Думаю, что такой душ с баком-термосом придется многим дачникам по душе и поможет им пользоваться душем гораздо чаще.

Виктор АКИМОВ.

КАК ПОДШИТЫ ВАЛЕНКИ

Надвигающиеся холода заставляют нас задуматься о том, насколько хорошо мы экипированы к предстоящим морозам. Оказывается, приведенные в порядок после прошлой зимы шубки снова требуют внимания. Как правило, выясняется, что за лето мех пожелтел или потускнел.

О том, как это исправить, сегодня в Клубе взаимопомощи по просьбе **Валентины МИХАЙЛЕНКО** из Красноярска рассказала

Изделия из белого меха можно обновить, натерев картофельным крахмалом. Через 10 минут крахмал нужно стряхнуть, а мех расчесать.

Чтобы мех лучше блестел, смочите его глицерином или уксусом.

Получила ответ на свой вопрос о том, как, не отпаривая, придать полотна. После этого мех стряхните, ткань вымойте в теплой воде.

Если подкладка сделана из ацетатного шелка, то пятна можно удалить, обработав ткань тампоном, смоченным в эфире. Ткань от этого не портится.

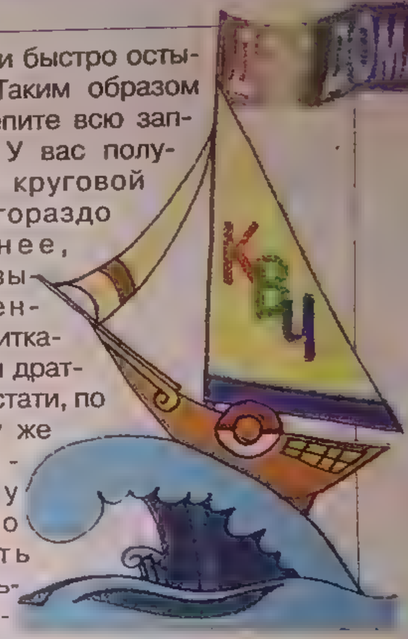
Залоснившиеся места станут менее заметными, если протереть их влажной салфеткой, смоченной раствором уксуса. Или потереть их разрезанной картофелиной, затем просушить и почистить щеткой. Можно попробовать избавиться от блеск-

валенок есть один очень существенный недостаток - они быстро изнашиваются. О том, как продлить срок их службы, по просьбе **Марии ШУРКОВОЙ** из Иркутска рассказала **Хадижат ИБРАГИМОВА** из села Спирино Новосибирской области.

Намокшие валенки никогда нельзя ставить сушиться на батарею. От этого шерсть, из которой они скатаны, "садится", пересыхает, и такие валенки будут быстро рваться.

Сначала надо набить валенки газетами, подсушить при комнатной температуре часа два. Затем положить на батарею доску, на нее - валенки, предварительно заменив намокшую газету сухой. Окончательно валенки высохнут только часов через 10-12. К тому же не следует выходить на снег в только что снятых с батареи еще теплых валенках. Они моментально промокнут.

А вот **Валентина РУЖНИКОВА** из г. Усолье-Сибирское Иркутской области поделилась своим опытом починки прохуся, но и быстро остывает. Таким образом прикрепите всю заплатку. У вас получится круговой шов гораздо прочнее, чем выполненный нитками или дратвой. Кстати, по такому же принципу можно делать не только заплатки, но и даже новые подметки. Вырежьте их из голенищ ненужных валенок или войлока.



Если нет паяльника - не беда. Нарежьте из капрона кусочки по 2-3 см. Сложите каждый из них втрое, наденьте на шило и расплавьте над пламенем. Расплавленную массу быстро нанесите под кромку заплатки, заплатку прижмите и немедленно вытащите шило. Так же как и в предыдущем случае, "приварите" заплатку по всему периметру дырки. Такие валенки прослужат еще очень долго. Впрочем, и прохудившиеся валенки не следует выбрасывать. Из старых голенищ можно вырезать теплые стельки и подошвы для самодельных домашних тапочек.

А ТЕПЕРЬ НОВЫЕ ВОПРОСЫ, ПРИСЛАННЫЕ В КЛУБ ВЗАИМОПОМОЩИ НАШИМИ ЧИТАТЕЛЯМИ

Наталья СКВОРЦОВА из Самары.

Пожелтевший серый каракуль можно осветлить раствором перекиси водорода (чайная ложка на стакан теплой воды), добавив в него несколько капель нашатырного спирта. Если желтизна полностью не сойдет, мех после отбеливания протрите чистой фланелевой тряпочкой, смоченной водой, а затем подкрасьте светлым раствором синей краски для хлопчатобумажных тканей. Но нужно следить за тем, чтобы раствор ложился равномерно. А для того чтобы добиться нужного цвета, вначале покрасьте небольшой кусочек в незаметном месте и дайте ему высохнуть.

Пожелтевшие от времени воротники из песца, кролика, овчины можно покрасить без особых проблем таким способом.

Тщательно намочите шкурку в теплой воде, пузырьки воздуха, оставшиеся между ворсинками, вычешите расческой под водой. Отдельно в большой емкости растворите анилиновый краситель для шерсти, соблюдая указанные пропорции. Раствор процедите, добавьте на каждый пакетик столовую ложку уксусной эссенции. Температура раствора не должна превышать 50 градусов. Опустите мех. Чем дольше вы будете держать в растворе, тем ярче будет полученный цвет. После окраски мех промойте в теплой

вести в порядок испачканную и залоснившуюся подкладку шубы, **Нина ЕФИМОВА** из Владимира.

Вот какие способы посоветовала ей **Альбина ВИНИЧЕНКО** из Архангельска.

Жировые пятна выводятся растворителями - бензином, скипидаром, ацетоном. Смочите тряпочку и удаляйте пятно по направлению от краев к середине. А затем окончательно удалите пятно корочкой черного хлеба. Или еще один способ. Нагрейте на сухой сковороде картофельный крахмал и обильно посыпьте пятно. Дайте постоять 20-25 минут, крахмал стряхните Если пятно осталось, повторите процедуру еще раз. И так до тех пор, пока подкладка не станет чистой.

Если это жирные пятна на атласном шелке, посыпьте их мелом, затем разотрите пальцем или тряпочкой по всей площа-

Или потереть их разрезанной картофелиной, затем просушить и почистить щеткой. Можно попробовать избавиться от блеска, протерев тряпочкой, смоченной в крепкой чайной заварке.

Неплохо помогает и такое средство: протрите поврежденные места салфеткой, смоченной в теплой воде, а затем нашатырным спиртом.

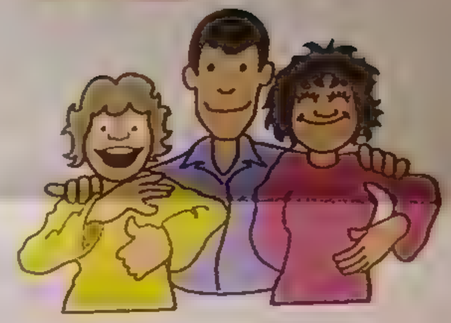
Но помимо одежды необходимо позаботиться и об обуви, например о валенках. Ведь многие, а особенно дети, носят их зимой. Правда, у большинства

тых с батарей еще теплых валенках. Они моментально промокнут.

А вот **Валентина РУЖНИКОВА** из г. Усолье-Сибирское Иркутской области поделилась своим опытом починки прохудившихся валенок.

Приготовьте войлочную заплатку, старый капроновый чулок и паяльник. Прохудившуюся поверхность валенка очистите от грязи. По краям дырки положите жгутик из капрона толщиной 3-4 мм. Сверху наложите заплатку. Чуть приподняв в одном месте заплатку, расплавьте разогретым паяльником капрон и быстро прижмите этот участок заплатки к валенку. Капрон быстро плавит-

ЧИТАТЕЛЯМИ



Вот уже 10 лет я страдаю от боли в желудке, мучаюсь изжогой. Врачи говорят, что у меня гастрит. Может, кто-нибудь поделится народными средствами, которыми можно вылечить эту болезнь?

Василий КАРАВАЕВ.
Калуга.

ЕСЛИ КАПУСТА ПОДМОРОЖЕНА

Поздние холодостойкие сорта капусты белокочанной могут переносить заморозки на корню, если температура не понижается ниже 4-5 градусов мороза, а вот срезанные кочаны такой температуры не вынесут.

Плотные кочаны подвержены промерзанию сильнее, чем рыхлые, в которых воздух, скапливающийся между листьями, служит своеобразным теплоизолятором. Но лучше даже холодостойкие сорта не подвергать воздействию многократных заморозков, это оказывает на них крайне неблагоприятное воздействие.

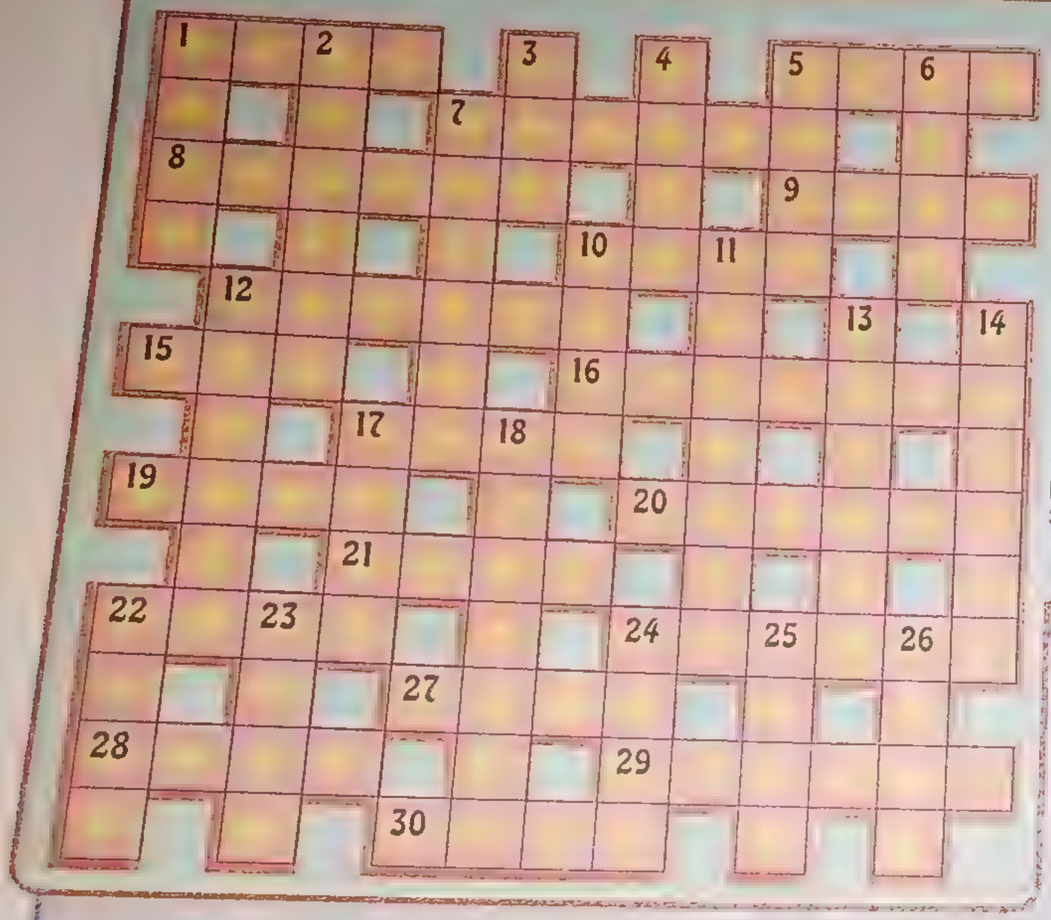
Прежде чем укладывать подмороженную капусту на хранение, необходимо определить, насколько глубоко она промерзла, потому что подмерзшие покровные листья восстанавливают свои свойства при повышении температуры, а если затронута сердцевина, то такой кочан неизбежно загниет.

Если капуста подмерзла на глубине 5-6 листьев, то ее можно будет хранить в течение 2,5-3 месяцев. Только хранить нужно отдельно, почаще осматривать на предмет порчи и употребить в первую очередь. Однако не спешите использовать ее для заготовок, подмороженную капусту квасить не рекомендуется.

Но даже насквозь промерзшие кочаны можно спасти: для этого проводят их оттаивание в несколько этапов. На первом этапе капусту выдерживают в течение трех дней при температуре от плюс 1 до плюс 5 градусов, после этого для дальнейшего оттаивания укладывают в помещении с температурой 10-15 градусов тепла. Конечно же длительному хранению такая капуста не подлежит, но вкус и свойства восстанавливает.

Анатолий САФОНОВ.

СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ



ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. 1. Сладкий компонент завтрака по-английски. **5.** Мужская рубашка с открытым воротом. **7.** Популярная серия импортных йогуртов. **8.** Не худшая, судя по Винни-Пуху, разновидность мозгов. **9.** Долгоиграющая грампластинка. **10.** Дамское украшение на шею. **12.** Дочь вашей матери, но не вы. **15.** Сказочный ученый на цепи. **16.** Российский кутюрье. **17.** Трио атомов кислорода. **19.** Сердитое чувство. **20.** Гибкая палка для рыбалки. **21.** Мушкетер-женоненавистник. **22.** Неприятность от ежа. **24.** Развесистая ягода. **27.** Острый перец. **28.** Вечеринка у лорда. **29.** Картина из цветных стекол. **30.** Ясновельможная полячка.

По вертикали. 1. Участок для выгула детей. **2.** Родина фараонов. **3.** Способ жарки. **4.** Тушеные куски мяса. **5.** Горы с вытекающей Амазонкой. **6.** Детоносец с крылышками. **7.** Упоение до исступления. **10.** Сладкоголосый сказочный кот. **11.** Сцена, устроенная мужу. **12.** Сложенная в форме пирожка лепешка с начинкой. **13.** Резкий рост цен. **14.** Столица двух частей света. **17.** И лицо, и яйцо. **18.** Место для пикника у Стругацких. **22.** Юность дня. **23.** Чертовский приют на дне озера. **24.** Мохнатый южный плод. **25.** Хоромы кочевника. **26.** "Все излишнее есть ... необходимого" (Ф. Ницше).

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 1. И млечный, и светлый. **5.** Яблочный сок для любителей пива. **7.** Листок печатного текста с предпоследними известиями. **8.** Построение от большого к меньшему. **9.** Подходящая кабина для застревания. **10.** Французский писатель. **12.** Бумажки в бумажнике. **15.** Коллектив вокалистов, в котором можно и сачкануть. **16.** Путь шайбы от ворот до ворот. **17.** Легкая комедия-водевиль. **19.** Контейнер для голосов электората. **20.** "Аэродром" для комаров на голове у некоторых мужчин. **21.** Снежный человек. **22.** Участник крыловского квартета. **24.** Подземный выход из тюрьмы. **27.** И морская, и сухопутная. **28.** Ткань на джентльменский пиджак. **29.** Лихой наездник кавказской национальности. **30.** Автор знаменитого словаря.

По вертикали. 1. Латиноамериканская страна, которую в течение 10 лет возглавлял японец Альберто Фухимори. **2.** Судно нефтяных королей. **3.** Ресторанчик с высоко сидящими клиентами. **4.** Чтиво от официанта. **5.** Национальная закуска под горилку. **6.** Кто описал приключения Робинзона Крузо? **7.** Папиросный патрон. **10.** Материал скульптора и хирурга. **11.** Кого из российских дипломатов называли "мистер Нет"? **12.** Игра в вопросы и ответы со следователем. **13.** Старательное предприятие. **14.** Снимок с гравюры. **17.** Его длина измеряется в байтах. **18.** Танцурок в школе. **22.** Длинный жесткий волос в шерсти животного. **23.** Колючая стрижка. **24.** Единица измерения умного лба. **25.** Можжевеловый самогон, который глушат пэры и сэры. **26.** Место встречи клерков и боссов.

24. Подземный выход из тюрьмы. **26.** Место встречи клерков и боссов.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Музыкальный символ страны. **3.** Неорганизованная масса людей. **7.** Несхожесть как итог вычитания. **8.** До него обычно пьют. **9.** Журнал, который выписывал дядя Федор. **11.** На какое место актерам обычно накладывают грим? **14.** "В поле родился, на заводе варился, в стакане растворился" (загадка). **16.** Лягушонок "ясельного" возраста.

По вертикали. 1. Игра с приученным мячом. **2.** Илюша при Поповиче с Никитичем. **4.** Место, где расположена хата с краю. **5.** Движущаяся масса жидкости. **6.** Байкал, но не напиток, Чад, но не дым. **10.** Место, куда Корней Чуковский не рекомендовал ходить гулять маленьким детям. **12.** Подсчитанный вывод. **13.** Укрытие для стрельбы и защиты от огня. **14.** И полевой, и прокатный. **15.** Крестьянский дом на Украине.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)915-44-51
КРАСНОДАР И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
(8612)35-05-02

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 42

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **8. Тостер. 9. Ералаш. 10. Алтын. 11. Ария. 12. Альт. 13. Схватка. 15. Обнова. 17. Снимок. 19. Попадья. 20. Спутник. 22. Жалоба. 25. Скорбь. 27. Авоська. 28. Визг. 30. Поле. 31. Обвал. 32. Флобер. 33. Кристи.**

По вертикали. **1. Погреб. 2. Стая. 3. Краюха. 4. Эстрада. 5. Феникс. 6. Гага. 7. Сальто. 13. Свадьба. 14. "Аннушка". 16. Непал. 18. Минор. 21. Бисквит. 23. "Ариэль". 24. Аврора. 25. Скалка. 26. Болото. 29. Губа. 30. Приз.**

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **8. Гитара. 9. Обхват. 10. Гомер. 11. Марк. 12. Ажур. 13. Арсенал. 15. Лошадь. 17. Ратник. 19. Комфорт. 20. Классик. 22. Тантал. 25. Неявка. 27. Телепат. 28. Марс. 30. Пшик. 31. Норма. 32. Татами. 33. Наркоз.**

По вертикали. **1. "Динамо". 2. Банк. 3. Лагерь. 4. Дембель. 5. Корсар. 6. Яхта. 7. Кабуки. 13. Адвокат. 14. Лазарет. 16. Шаман. 18. Носов. 21. Стеарин. 23. Арарат. 24. Лесник. 25. Нагано. 26. Клинок. 29. Сват. 30. Перс.**

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. **1. Река. 3. Хлопок. 8. Светлячок. 9. Ураган. 10. Этюд. 12. Дворняжка. 16. Роль. 17. Бурлак. 20. Чуковский. 21. Линька. 22. Каша.**

По вертикали. **1. Радиус. 2. Каска. 4. Лель. 5. Початок. 6. Какаду. 7. Декабрь. 11. Лягушка. 13. Великан. 14. Причал. 15. Сказка. 18. Лейка. 19. Звук.**

Рисунок Игоря КИЙКО.

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ирины БУРСКОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Николая КАРДАКОВА, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ, Аллы ЯНИНОЙ.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком Ⓚ, печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51.
Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 182200 экз. Заказ № 43 Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 29.10.2003 г. в 19.00.
Подписано в печать 29.10.2003 г. в 17.00

ДРУГ ДОМА

№1/305
2004
Январь

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Выходит четыре раза в месяц

ПРАВИЛО ПЯТИ ГРАДУСОВ

те за его состоянием: если он устал, побледнел и просится домой - скорее всего, ему холодно или сыро, зябко

Холодные руки - тоже объективный показатель

Если же ребенок приходит домой потный и распаренный, нужно при такой погоде надеть на него более легкую одежду, убрать лишнюю кофту или надеть комбинезон вместо шубы

А как экипироваться на прогулку маме? По возможности удобно и тепло. Если вы предпочитаете активные прогулки (лыжи, катание с гор, лепка снежных скульптур), можно приобрести горнолыжный комбинезон или утепленные брюки и куртку. Если же вы в основном стоите и смотрите, как катается ребенок, одевайтесь как можно теплее! Особое внимание уделите обуви и варежкам - они должны быть очень теплыми.

Зимой хорошо гулять всей семьей, причем отцы в зимних забавах намного активнее и изобретательнее, чем мамы. *Не забывайте папу дома, тащите его погулять!* (К тому же санки и прочую амуницию ему перемещать проще.) Такие прогулки очень способствуют укреплению семьи и более ак-

ПОИГРАЕМ - ПОЕДИМ...

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **600 рублей** каждому.

По итогам конкурсов в "Друге дома" № 48 кулинарный приз получает **Людмила Николаевна МИНИНА** из г. Беломорск, Карелия, предложившая приготовить двенадцать праздничных блюд к новогоднему столу.

Приз получает также **Лидия Федоровна КОРНЕЙЧУК** из г. Тайшет Иркутской области, разучившая с читателями забавные игры для детей на Новый год.

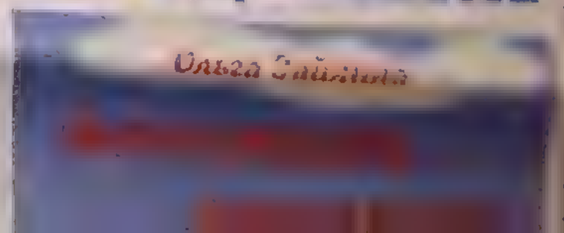
Поздравляем победителей!

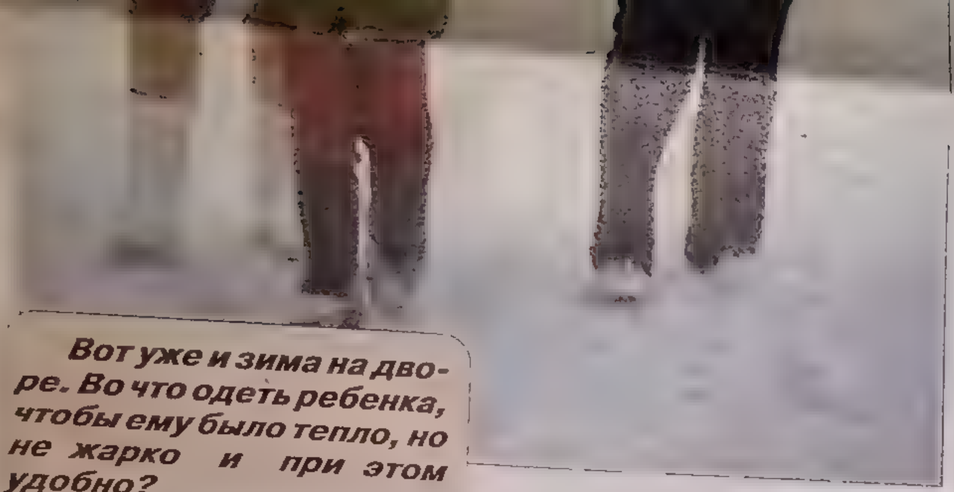
Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

Внимание: конкурс!

ТОЛСТЯКИ - ХУДЫШКИ

Так называется новая книга постоянного автора "Друга дома" - врача, писательницы **Ольги ЗАЙКИНОЙ**. В ней с юмором описаны жизнь толстеньких и худеньких, их взаимоотношения с окружающим миром, удачные и не очень попытки похудеть или поправиться. И конечно, даны





Вот уже и зима на дворе. Во что одеть ребенка, чтобы ему было тепло, но не жарко и при этом удобно?

Я руководствуюсь "правилом пяти градусов", подвижностью малыша, наличием сырости и ветра. Что за "правило пяти градусов"? Это прибавление утепления при похолодании на пять градусов. В целом нужно стараться одевать ребенка так же, как себя, не теплее (исключение составляют дети в коляске и едва начинающие ходить - их нужно одевать на одну "ступеньку" теплее). Итак, какую зимнюю одежду желательно иметь детям? Без комбинезона не обойтись, только старайтесь не покупать очень толстые - они жаркие и в них трудно двигаться. Какой комбинезон покупать - совместный или раздельный? Какой вам кажется удобнее. Можно иметь два комбинезона: не будет проблем, если потребуется стирка, а также потому, что совместные комбинезоны удобнее для активных прогулок, а части раздельного можно использовать в различных комбинациях. Шапки тоже желательно иметь разные: например, меховую и шерстяную. Удобно, особенно под комбинезон, надевать шапку-шлем - уши закрыты и шарф не нужен. Обуви желательно иметь хотя бы две пары: с натуральным мехом или валенки на холод и утепленные непромокаемые ботинки на случай оттепели. Она обязательно должна быть чуточку свободной. Варежек нужно иметь тоже несколько пар, потому что они быстрее всего промокают. Можно даже брать с собой на прогулку запасные. Для маленьких детей лучше не использовать перчатки - их трудно надевать.

Если температура от 0 до -5, надеваем шерстяную кофту или безрукавку, затем комбинезон (если он очень теплый, то прямо на рубашку), шерстяную шапку, непромокаемые ботинки, варежки

При температуре от -5 до -10 под комбинезон надеваем более теплую кофту, шерстяную шапку (при ветре - надеваем капюшон), более теплые варежки, валенки или теплые ботинки.

Если морозец крепче -10, лучше надеть шубу и меховую шапку, брюки от раздельного комбинезона, валенки с шерстяными носками, теплые варежки.

Если очень холодно (ниже -18) и ветрено, лучше не гулять, ограничиться прогулкой до магазина или проветриванием комнат.

Как понять, не мерзнет ли ребенок? Внимательно следи-

Зимой хорошо гулять всей семьей, причем отцы в зимних забавах намного активнее и изобретательнее, чем мамы. Не забывайте папу дома, тащите его погулять! (К тому же санки и прочую амуницию ему перемещать проще.) Такие прогулки очень способствуют укреплению семьи и более активному общению отца с ребенком. Можно отправить папу гулять с малышом, а мама тем временем испечет пирог к чаю или просто немного отдохнет.

Уф, оделись... Чем же заняться на улице?

Конечно, лучше всего подвижными играми: катанием с горок, на лыжах и коньках. Если вы взяли с собой санки, пусть малыш сам повозит их, попытается затащить на горку, покатает другого ребенка. Можно научить его лепить снежки, копать снег лопаткой (строить дома, кидать снег вверх, как салют), можно взять с собой мячик - играть в футбол на снегу ничуть не хуже, чем летом! Большим успехом пользуется рисование на снегу - берешь палочку и рисуешь. Можно нарисовать железную дорогу и ездить по ней на санках, а можно - деревню, и слепить снежную бабу. Еще развлечение - снежная крепость: в ней можно "жить на Северном полюсе", устраивать штурм и рыцарский турнир. Кстати, все снежные скульптуры можно раскрасить разведенной гуашью - получается очень красиво. Если повесить на дерево кормушку из молочного пакета или упаковки от новогоднего подарка, насыпать туда семечки, то можно понаблюдать за птичками. Покажите ребенку, как вода превращается в лед, как красивы снежинки под увеличительным стеклом...

Ну вот, уже пора домой. Как же приятно после долгой прогулки попить горячего чаю с ложечкой варенья или меда!

Мария ВАВИЧКИНА.

ХУДЫШКИ

Так называется новая книга постоянного автора "Друга дома" - врача, писательницы **Ольги ЗАЙКИНОЙ**. В ней с юмором описаны жизнь толстеньких и худеньких, их взаимоотношения с окружающим миром, удачные и не очень попытки похудеть или поправиться. И конечно, даны вполне серьезные советы по питанию и коррекции фигуры.

Хотите получить в качестве приза эту очень интересную и полезную книгу? Тогда пришлите в редакцию свой рассказ о том, как вы пытались похудеть или поправиться и что из этого вышло. Поделитесь секретами успеха или попробуйте разобраться в причинах неудачи. Принимаются также испытанные на себе диеты, гимнастики и другие способы добиться желаемого веса.

Самые интересные письма с советами и секретами мы конечно же опубликуем, а **десять** их авторов получат в награду за труды книгу Ольги Зайкиной "Толстяки - худышки".

Письма на конкурс принимаются до 1 марта 2004 года.

ХОРОШИЙ СОВЕТ

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "Хороший совет".

В этом выпуске мы поможем вам провести веселую свадьбу, подскажем, как ухаживать за цветами зимой, а также дадим советы автомобилистам.

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции. Вы можете оформить подписку на сборник "Хороший совет" на первое полугодие 2004 г.

Наш подписной индекс - 15934 в Объединенном каталоге "Пресса России", т. I, стр. 96.

В КРУГУ СЕМЬЯ

ЭКЗАМЕН НА ПРОЧНОСТЬ ВАШЕГО БРАКА

Как правило, романтика первых дней семейной жизни достаточно быстро сменяется однообразными буднями супружества, а благоверный воспринимается как элемент мебели. Понятно, что подобные браки долго не продержатся. А насколько прочен ваш семейный союз, узнать можно, ответив на вопросы теста.

Учтите, что отвечать нужно честно и быстро, не задумываясь, тогда ответ будет максимально правдивым.

1. Можете ли вы с уверенностью предсказать, как ваш муж будет реагировать на ту или иную ситуацию в большинстве случаев?

а) да, как правило
б) часто
в) иногда
г) случайно
д) маловероятно, он непредсказуем

2. Иногда муж ведет себя с

вид женщины - не очень существенный фактор. Если супруги живут много лет, муж не обращает особого внимания на то, насколько следит за собой его жена

б) мужчинам в любом возрасте нравятся привлекательные женщины. Даже если они давно состоят в браке, им все равно приятно видеть, что их жены хотят им нравиться

8. Какое из утверждений наиболее близко отражает ваше отношение ко времени?

а) я всегда чувствую недостаток времени. Делам нет конца. Я никогда не могу расслабиться

б) как правило, я не ощущаю давления времени. Большая часть действительно важных дел рано или поздно делается. Иногда лучше расслабиться, чем беспокоиться из-за того, что не успеваешь что-то сделать.

9. Удовлетворяет ли муж ваши сексуальные потребности?

а) да
б) в некоторой степени
в) нет

10. Как вы думаете, достаточно ли вы контролируете принятие решений и распределение обязанностей в вашей семье?

а) да
б) нет

11. Охарактеризуйте свой темперамент и темперамент

ния между мужем и вашими родственниками?

а) прекрасно
б) нормально
в) не очень хорошо
г) они стараются встречаться как можно реже

16. С каким из перечисленных заявлений вы согласились бы охотнее всего?

а) у вас с мужем совершенно различные интересы
б) у вас много общих интересов

17. Как реагирует муж, если вы расстроены или у вас неприятности?

а) как правило, он мне сочувствует и поддерживает меня
б) обычно он даже не замечает этого
в) иногда сочувствует, иногда нет
г) он ведет себя так, будто думает, что я сама во всем виновата

18. Долго ли вы встречались перед тем, как поженились?

а) значительно меньше года
б) около года
в) два года и более

19. Кто распоряжается вашим семейным бюджетом?

а) я
б) муж
в) я занимаюсь повседневными покупками, крупные приобретения мы обсуждаем вместе
г) мой муж занимается повседневными покупками, крупные приобретения мы обсуждаем вместе

20. Тратите ли вы с мужем значительную часть вашего бюджета на электронику?

а) да
б) нет

21. Активно ли вы участвуете в общественной жизни?

а) да
б) нет
в) я - да, он - нет
г) он - да, я - нет

22. Можете ли вы рассчи-

ПОКОЙ И МИР В СЕМЬЕ ВАЖНЕЙ ВЫСОКИХ МУЖА ДОЛЖНОСТЕЙ

Мой муж - прекрасный специалист. Он работает в фирме по обслуживанию компьютеров и оргтехники. Зарплата вполне приличная, и на жизнь нам хватает. Но уже дважды он отказывался от должности начальника отдела. Я говорила ему, что на фирме нужно расти и делать карьеру, а он в ответ: "Тебе денег хватает? Ну и оставь меня в покое". Как мне убедить его, что он не прав?

шинстве случаев?

а) да, как правило

б) часто

в) иногда

г) случайно

д) маловероятно, он непредсказуем

2. Иногда муж ведет себя с вами замечательно, иногда - ужасно. Какое поведение - хорошее или плохое - вы назвали бы характерным для подлинной натуры вашего супруга?

а) хорошее

б) плохое

3. Если бы можно было назвать только одно из нижеперечисленных качеств вашего мужа, что бы вы выбрали?

а) он хороший отец

б) он хорошо обеспечивает семью

в) он хороший человек

г) он хороший любовник

д) ничего подобного, он ничтожество

4. Жаловался ли когда-нибудь ваш партнер по браку на неудовлетворенность вашими интимными отношениями?

а) да, часто. Думаю, он считает секс самой большой проблемой нашего брака

б) иногда действительно жалуется

в) он никогда не жалуется, но я предполагаю, что он может быть ими неудовлетворен

г) напротив, он говорил мне, что вполне доволен этой стороной нашего брака

5. Можете ли вы сказать, что у вас с мужем есть согласие по вопросам воспитания детей?

а) да

б) нет

6. Можете ли вы сказать, что одинаково с супругом оцениваете основные жизненные проблемы, явления, события?

а) да

б) нет

в) отчасти, мы солидарны в одних вопросах и расходимся в [illegible]

7. С каким из утверждений вы скорее готовы согласиться?

а) [illegible] браке внешний

10. Как вы думаете, достаточно ли вы контролируете принятие решений и распределение обязанностей в вашей семье?

а) да

б) нет

11. Охарактеризуйте свой темперамент и темперамент вашего супруга.

а) мы оба горячие спорщики

б) я легко вспыхиваю, он довольно спокойный

в) он любит поспорить, я спокойная

г) как правило, мы оба спокойны и сдержанны

12. Ласков ли ваш муж? Например, целует ли он вас по утрам? Обнимает ли "просто так"? Берет ли за руку?

а) да

б) да, но не так часто, как мне хотелось бы

в) очень редко

13. Можете ли вы верить тому, что супруг рассказывает вам о себе?

а) да

б) иногда

в) как правило, нет

14. Ладите ли вы с его родственниками?

а) да, очень хорошо

б) вполне

в) не очень

г) наши контакты минимальны

15. Как сложились отноше-

сюджета на электронику?

а) да

б) нет

21. Активно ли вы участвуете в общественной жизни?

а) да

б) нет

в) я - да, он - нет

г) он - да, я - нет

22. Можете ли вы рассчитывать на мужа в критической ситуации?

а) да

б) нет

в) не уверена

23. Предпринимаете ли вы с мужем какие-либо шаги для укрепления вашего брака?

а) да

б) не часто

в) я - да, он - нет

г) он - да, я - реже, чем следовало бы

24. После тяжелой ссоры уходит ли кто-нибудь из вас из дома?

а) да

б) нет

25. Когда вы нездоровы или очень заняты, примет ли ваш муж (без просьбы, самостоятельно) на себя ваши обязанности?

а) да

б) да, но будет ворчать

в) только если его попросить

г) нет, если я не сделаю, не сделает никто

Подведение итогов:

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
а	5	5	3	1	5	5	1	1	5	5	1	5	5	5	5	1	5	1	4	1	5	5	5	1	5
б	4	1	3	3	1	1	5	5	3	1	5	3	3	3	3	5	1	3	1	5	1	1	1	5	3
в	3		5	2		1			1		5	1	1	1	1		3	5	5		2	2	3		2
г	2		3	5							2			3	3		1		3		2		3		1
д	1		1																						

100-125 баллов

Вас можно поздравить. У вас крепкая семья. Но это не значит, что ваша жизнь - вечная весна. Скорее, вы с мужем достаточно верите друг в друга и в свой союз, чтобы справиться с жизненными трудностями.

75-99 баллов

Ваш брак, может быть, не идеален, но значительно лучше многих. И поскольку вы в общем довольны своей жизнью, то ничего не пытаетесь в ней изменить.

50-74 балла

Может, все и выглядит нормально в повседневной текучке, но ваш брак не кажется слишком счастливым. Семейная жизнь вас не совсем удовлетворяет, и эта неудовлетворенность действует как вирус, поражая разные аспекты взаимоотношений.

Подготовила Мария БАРАНЧИКОВА, психолог.

Мой муж - прекрасный специалист. Он работает в фирме по обслуживанию компьютеров и оргтехники. Зарплата вполне приличная, и на жизнь нам хватает. Но уже дважды он отказывался от должности начальника отдела. Я говорила ему, что на фирме нужно расти и делать карьеру, а он в ответ: "Тебе денег хватает? Ну и оставь меня в покое". Как мне убедить его, что он не прав?

Марина ПЕРЕВАЛОВА. Краснодар.

Не все люди, в том числе и мужчины, готовы ставить работу и карьеру на первый план. Кому-то приятнее проводить вечера дома, в кругу семьи, а не на переговорах с коллегами.

И отсутствие гордости и самоуважения здесь совершенно ни при чем. Гордиться можно и нужно хорошо выполненной работой. А не высокой должностью. Если вашего супруга любят и ценят коллеги, уважает начальство - этого вполне достаточно. Может быть, ему хватает признания коллег и босса, а повышение в должности - не обязательное приложение к этой высокой оценке.

К тому же часто бывает и так, что, перейдя на более высокую должность, человек лишается возможности заниматься любимым делом. Он становится "канцеляристом", "руководителем". Вполне возможно, что ваш муж не хочет менять работу или не чувствует в себе склонностей и способностей управлять другими людьми. Ведь одно дело - быть хорошим специалистом, и совсем другое - хорошим управленцем.

В то же время, если человек занимается любимым делом, он и домой будет приходить в хорошем настроении. У него найдутся и силы, и желание уделять внимание семье и друзьям.

Повышение в должности неминуемо приводит к увеличению объема работы. И любимый супруг будет появляться дома гораздо позднее, да еще и раздраженным, в плохом настроении из-за проблем на службе. Он сможет меньше внимания уделять вам и детям.

Какое-то время вы будете гордиться его профессиональными достижениями, а потом окажется, что вместо любящего и заботливого мужа рядом с вами проживает замученный жизнью "лев рыкающий". И вас он вполне справедливо упрекнет в том, что именно вы настояли на его карьерном росте. Оно вам надо? Выходили-то вы замуж за человека, а не за его должность. И если вы хотите, чтобы этот человек остался с вами, а не превратился в озлобленного жизнью и работой зануду, вы должны относиться с уважением к его нежеланию делать карьеру. Это поможет сохранить мир и покой в вашей семье, а они гораздо важнее высоких должностей.

Ведь, если честно, продвижение мужа по служебной лестнице в первую очередь беспокоит именно вас. Причин тому может быть множество. Либо вы сами не реализовались на работе и пытаетесь как-то компенсировать свою несостоятельность за счет карьеры благоверного. Либо вы недостаточно уважаете своего супруга и не хотите принимать его таким, какой он есть. В любом случае сначала разберитесь, что именно вас не устраивает, и решайте именно эту проблему.

Надежда НОСОВА, психолог

СЛИШКОМ РАЗНЫЕ

...Наталья познакомилась с Борисом еще в школе - они учились в параллельных классах. И если ее все считали девушкой скромной и неприметной ("ничего выдающегося", как однажды обронила в разговоре ее мама), то Борис был самый настоящий красавец.

Его внимания добивались самые красивые девушки школы. Только вот учился он неважно - еле тянул на "тройки". Но зато Наташин дневник пестрел исключительно одними "пятерками". Но разве это имело значение, если Борис (ее тайная любовь!) все равно не обращал на нее никакого внимания. И у Натальи не было просто ни малейшего шанса! Они закончили школу, и их пути разошлись. Наталья легко поступила в университет на экономический факультет, а Борис... пошел работать в авторемонтную мастерскую. После окончания университета Наташа с упоением принялась делать карьеру и весьма преуспела в этом. Уже через три года она стала руководителем отдела в известной компании. Обрела статус, уважение коллег, хорошую зарплату. И именно в тот самый момент, в разгар карьерного роста, она встретила Бориса. Повезла свою машину в автосервис - и увидела знакомое лицо.

Борис обрадовался, увидев Наталью, заметил, что она здорово изменилась - похорошела, стала выглядеть "ну просто шикарно!". Они разговорились. В общем, случилось так, что они стали встречаться. Наташа была на седьмом небе от счастья! А потом он переехал жить в ее однокомнатную квартиру. Спустя еще какое-то время они поженились. Сначала их совместная жизнь была, как ей казалось, безоблачной. Она просто смотрела на мужа - и была счастлива. Но со временем Наташа все больше и больше понимала - в их семейной жизни происходит что-то не то. Она получалась совсем не такая, как хотелось. Ну, во-первых, Наташа мечтала, что теперь все свои служебные проблемы, успехи и достижения будет обязательно обсуждать с мужем. Но, как выяснилось, ему это оказалось совершенно неинтересно - первое время Борис рассеянно слушал ее, а потом стал откровенно зевать и говорить, что "давай лучше по телику фильмец посмотрим". Да и вообще, как оказалось, у них с мужем были совершенно разные интересы - она бегала по учебным семинарам, а в свободное время по выставкам и театрам. Он предпочитал пиво либо у телевизора, либо в гараже с приятелями. И все его разговоры были о том, кто сколько выпил и кто кому вмазал. Время шло, и чем дальше, тем больше страдала Наталья. И однажды она осознала - не стоит мучить ни себя, ни его. Никогда у них не будет нормального союза, несмотря на любовь, ведь слишком они разные...

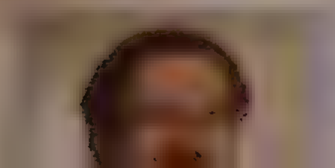
Что и говорить, мезальянс - вещь отнюдь не выдуманная, и имеет под собой вполне реальные основания. Браки людей, принадлежащих к разным социальным слоям, порой бывают очень трудными, ведь супругов ожидает масса несовпадений в образе жизни. Каждый из них будет пытаться строить семейный союз так, как ему кажется привычным и правильным, в зависимости от его воспитания, образования, интересов, уровня жизни. Такой паре бывает очень нелегко выработать общий язык, прийти к пониманию.

...У Оли никогда не было недостатка в поклонниках. Симпатичная, веселая, обаятельная, она к тому же была лучшей студенткой на курсе. Все преподаватели прочили ей большое будущее. Она часто слышала, что является исключением из правил, дескать, и умница, и красавица - просто невозможное сочетание для женщин! Предложения сходить в театр или кафе сыпались на нее постоянно. И уже, несмотря на то что ей было всего 20 лет, она успела получить пять предложений руки и сердца от весьма достойных людей. У нее были прекрасные любящие родители, теплый дом. И ей казалось, что так будет всегда. Но беда пришла нежданно - погиб в автомобильной катастрофе отец, а мать, не пережив такого горя, слегла с инсультом. На бедную девушку навалилась масса проблем, и ей было теперь вовсе не до учебы. В институте пришлось перевестись с дневного отделения на заочное и устроиться на работу. Она здорово уставала, но тем не менее продолжала сдавать сессии на "отлично". На все предложения поразвлекаться она теперь отвечала стойким отказом, объясняя, что болеет мать и каждую свободную минуту она должна быть дома.

Однажды, возвращаясь вечером домой с тяжелыми сумками, она увидела, как к ней наперерез несется огромная рыжая собака. Ойкнув, Ольга присела на корточки и закрыла от страха глаза. Продукты из сумок разлетелись в разные стороны, и пес с удовольствием накинулся на кусок колбасы. Тут же подоспел и хозяин, такой же рыжий, как его собака. Он помог Оле встать, долго извинялся, собирая продукты, и вдруг остановился на полуслове: из глаз девушки ручьем текли слезы.

...Они долго в тот вечер сидели вдвоем с Димой на лавочке, и Оля впервые жаловалась незнакомому человеку, как ей тяжело живется. А он лишь внимательно слушал, и не предлагал ей ни кафе, ни дискотек. Как-то так получилось (Оля и сама не поняла как), что Дима стал незаменимым человеком в доме. После работы (а как оказалось, он работал водителем троллейбуса) он бежал к Ольге. Готовил, стирал, убирал, читал ее маме свежие газеты. А главное - таскал полные сумки продуктов. На попытку Оли вручить ему деньги отвечал, что он человек одинокий, и свою зарплату ему тратить просто не на что, родителей у него нет, он детдомовский, а ему с собакой вполне хватает половины зарплаты. И спустя какое-то время Оля вздохнула посвободнее. Мама постепенно шла на поправку, денег хватало, и Оля смогла теперь найти более легкую работу, в общем, дела налаживались. В какой-то момент она поняла, что Дима стал для нее родным человеком. Только с ним она могла обсуждать свои проблемы, только от него ощущала тепло и поддержку. "Он тебе не пара, - заявила как-то Ольге соседка. - Кто он и кто ты? Он простой водитель, без образования, наверняка с дурной наследственностью из детдома, а ты - будущее светило науки. Ну ничего, сейчас встанете на ноги, такого жениха себе найдешь, что все упадут!" Но Оля знала, что Дима - это единственный человек, который ей нужен... Они живут вместе вот уже четыре года. Ольга успешно закончила институт, нашла престижную работу. Дима все так же продолжает водить троллейбус. Но ни с одним из кавалеров "ее круга" Ольге никогда не было так хорошо, как с Димой. "У него просто есть очень редкие человеческие качества, - рассказывала она, - отзывчивость, доброта, готовность помочь, умение понимать и слушать, а главное - умение искренне любить и согревать своим теплом, а для меня это самое важное".

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.



Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат

Я прочитала, что некоторые мужчины и на пенсии остаются активными, даже еще имеют детей. Но я сомневаюсь - наверное, за границей это возможно, а у нас, как мужчина вышел на

образе жизни. Каждый из них

заочное и устроиться на работу. Она здорово уставала, но тем

ее маме свежие газеты. А главное - таскал полные сумки про-

психолог.

Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

Я прочитала, что некоторые мужчины и на пенсии остаются активными, даже еще имеют детей. Но я сомневаюсь - наверное, за границей это возможно, а у нас, как мужчина вышел на пенсию, так через год уже ничего не может, а через 5 лет вообще уходит...

А. г. Барнаул.

СТАНЬ СЕКСУАЛЬНЫМ ДОЛГОЖИТЕЛЕМ

Что там пенсия! Давайте начнем с полувекового юбилея. Большинство мужчин отмечают его с определенными достижениями. Есть какое-то положение в жизни, достаток, уже не надо завоевывать, а можно лишь поддерживать свой уровень. Психологически это воспринимается как определенная успокоенность. А такое успокоение не слишком удачно в сексуальном плане.

Да и женщины, чьи мужья старше их на 10-15 лет, с некоторыми сомнениями поглядывают на супруга: СМИ широко поддерживают идеи о том, что если "в 45 баба ягодка опять", то мужчины в этом возрасте уже увядают...

Известно, что самый страшный враг потенции - голова: стоит задуматься "А вдруг не получится..." - и эрекция исчезает, желание прячется, неудача тут как тут. Поэтому сохраняли высокую сексуальность многие пожилые политики (порой влипая в скандальные истории).

Мужчины, больше связанные с физическим трудом, продляют свою сексуальную активность за счет других механизмов: регулярная нагрузка на организм тренирует различные органы и системы, усиливая выработку гормонов. К тому же отсутствие особой ответственности позволяет не зацикливаться на вопросах бытия, которые отвлекают от естественного сексуального поведения.

Роковая черта для любого мужчины - выход на пенсию или другое отстранение от работы. Безделье, навязчивые мысли о собственной ненужности, никчемности могут снизить потенцию в любом возрасте, а тем более когда уровень гормонов постепенно снижается вследствие возраста.

Еще одно смехотворное утверждение, что для стимуляции потенции нужно регулярно (и часто) менять партнерш. На самом деле большинство мужчин зрелого возраста предрасположены к повторению одного, собственного, сценария близости. С постоянной женщиной этот сценарий протекает легко и привычно, а вот контакт с новой дамой чреват отклонениями, которые могут сбить возбуждение и эрекцию.

Точно так же не оправдываются надежды сильного пола на отсрочку климакса при помощи гормональных препаратов. Во-первых, климакс не всегда совпадает со снижением уровня тестостерона (мужского полового гормона). У многих 70-80-летних мужчин выработка тестостерона остается на прежнем уровне или даже повышена, но организм не усваивает гормон. С другой стороны, бесконтрольное применение мужских гормонов может привести к подавлению выработки собственного гормона - и тут уже не помогут никакие лекарства. Но, кстати, недостаточность мужских половых гормонов далеко не всегда сопровождается угасанием половой функции. Так что мужской климакс и импотенция - совсем разные вещи. Импотенция бывает как гормональная (редко), так и органическая (при расстройствах кровоснабжения гениталий), а чаще всего - невротическая, зависящая от ситуации близости. Последний вид импотенции - настоящий бич сильного пола, он может возникнуть начиная с первого сношения и даже до него. Страх и предвкушение неудачи приводят к осечке. Но если мужчина уверен в удачности близости, если он рассчитывает на свою партнершу, то даже снижение уровня гормонов не помешает иметь нормальную эрекцию и удовлетворить супругу.

Климакс же - это постепенное снижение уровня тестостерона, что приводит к одновременному угасанию как желания, так и возможности. Такое гармоничное угасание не воспринимается как импотенция, хотя половина мужчин и после 70 лет в состоянии совершить сношение - при желании. Некоторые сохраняют и способность к оплодотворению, например Чарли Чаплин.

Но даже если мужчина воспринимает естественные процессы как нарушение собственных жизненных планов - это не тупик. Есть возможность посетить врача-сексолога или андролога, чтобы разобраться с происходящими процессами. Порой вмешательство врача сводится к советам по изменению манеры сексуального поведения. Могут быть назначены витамины или стимуляторы, реже - гормональные препараты. На самый последний случай существует протезирование пениса. Но во всем разнообразии нарушений и способов коррекции может разобраться только специалист.

Чтобы не доводить до встречи с этими самыми специалистами, мужчине нужно придерживаться довольно простых правил: вести здоровый образ жизни (в том числе и интимной), жить в любви и согласии с понимающей женщиной и наслаждаться каждым днем, который приносит эта великолепная жизнь!

ГЛАЗ НЕ ОТВЕСТИ

Выразительные глаза - одно из главных достоинств внешности. Чтобы добиться выразительности, попробуйте использовать не один, а несколько цветов и разных текстур. Тени могут быть жидкие, сухие компактные или стойкие кремообразные. Предлагаем два варианта макияжа для глаз.

Если у вас кожа, склонная к блеску, подберите цвет пудры на тон светлее, чем ваша кожа. Более темный используйте для коррекции скул.

Нанесите на верхнее веко светлый тон и дайте впитаться. После тонким карандашом проведите по контуру верхнего века стрелку. Под бровями нанесите светлые тени.

На верхнее подвижное веко нанесите сиреневые тени и растушуйте их плоской кисточкой. На нижнее веко нанесите тот же цвет, растушуйте. На подбровное пространство - розовые тени.

На внутренний угол глаза сверху и по нижнему контуру глаза добавьте фиолетовый тон, который углубит взгляд. Проведите по верхнему контуру глаза стрелку. Теперь ваш взгляд стал сияющим и загадочным.

Если у вас сухая кожа, прежде всего увлажните ее кремом. Спустя некоторое время нанесите тон. Желательно использовать увлажняющую тональную крем-пудру.

По верхнему контуру глаза проведите стрелку. Накрасьте верхнее подвижное веко и внешний угол глаза по нижнему контуру бронзовыми жидкими тенями. Тщательно растушуйте их кистью.

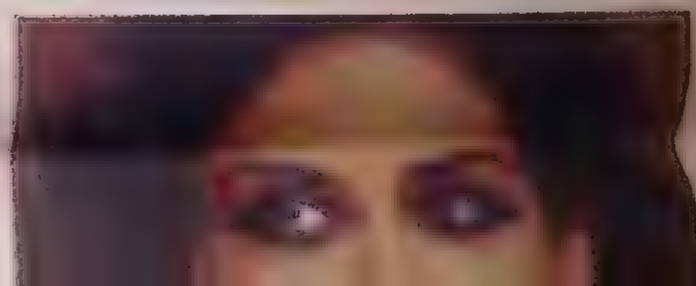
На верхний и нижний контуры глаза нанесите черные тени и растушуйте тонкой кистью по всей длине. На подбровное пространство нанесите бронзовые тени. На ресницы положите тушь в два слоя. Этот праздничный вариант макияжа сделает ваш взгляд выразительным, подчеркнет красивый разрез глаз.

Так как мы делаем акцент на глаза, от яркой помады лучше отказаться. Воспользуйтесь блеском для губ нежных пастельных тонов. Не забудьте про румяна, которые подчеркнут свежесть кожи.

РОМАНТИКА ВОСТОКА

Для того чтобы стать настоящей красавицей, не нужно прилагать особенных усилий. Вы и так красивы - просто помните об этом. А в создании своего неповторимого образа попробуйте придерживаться романтического стиля.

В прическах этого стиля возможны смешения разных текстур волос: гофрированных, вьющихся,



вид. Каждый завиток уникален и неповторим, а вместе они создают ваш романтический и чуть легкомысленный образ.

Каждой женщине хочется почувствовать себя настоящей красавицей, особенно в праздничный вечер. Соответствующий макияж подчеркнет вашу естественную красоту и сделает ваш облик неповторимым, ярким и запоминающимся. Цвета этого макияжа подобны драгоценным камням: перламутровые тени с высокой отражающей способностью - молочно-белые, бежево-розовые, изумрудно-коричневые, аметистовые. Помада - с матовым насыщенно-сливовым оттенком. Заключительный штрих в создании имиджа таинственной сказочной феи - перламутровая пудра с голографическими фиолетовыми блестками.

В БЛЕСКЕ

В БЛЕСКЕ КРАСОТЫ

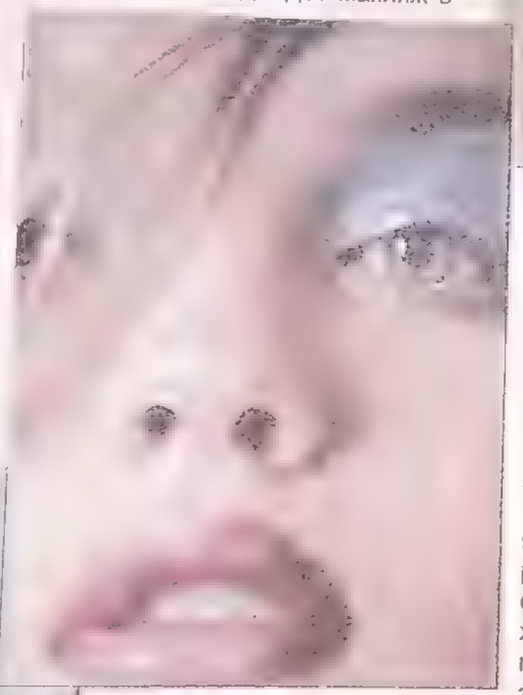
Намечается вечеринка? Для праздничного выхода вы можете позволить себе выглядеть ярче, чем обычно.

Если вы блондинка со светлыми глазами, вам подойдет следующий вариант макияжа. Для губ используйте малиновый бальзам, который смягчит, увлажнит и сделает их соблазнительно блестящими. Лак для ногтей выбирайте ярких, насыщенных цветов (серебряного, рубинового, изумрудного) с мерцающими частицами.

Особый крем с блестящими частичками (вам подойдет розовая гамма) придаст коже волшебное сияние.

Стойкие тени с перламутром серебристого, лилового или розового цвета эффектно подчеркнут красоту ваших глаз. А тушь для ресниц с блеском придаст им загадочность, сделает взгляд выразительнее и глубже.

Для праздничного вечера как нельзя более подойдет макияж в



гламурном стиле. Светлая кожа, подчеркнутые темным тоном глаза, рот цвета красного вина - визаж, характерный для голливудских див 30-х годов. В нем присутствует соблазнительный блеск и чувствуются нотки меланхолии. Этот стиль удивительно идет шатенкам с нежной фарфоровой кожей. Интенсивный макияж глаз придаст взгляду магию.

Сделайте абсолютно

ровную подводку для глаз, которая завершит идеальный образ кинодивы. Тени золотисто-коричневых тонов с мягкой пудровой текстурой сделают ваш взгляд бархатным, глубоким, загадочным. Соблазнительность вашим губам придаст ярко-красная увлажняющая помада.

Настоящим хитом в макияже сегодня считаются коричневые тона. Эти краски особенно идут загорелым женщинам с темными глазами и светлыми волосами. Глаза и губы напоминают темный цвет мокко или пенку в чашке кофе эспрессо.

Создать этот визаж помогут румяна интенсивного розового цвета, которые оставляют на коже нежное сияние. Выбирайте тени трех цветов: золотистого, шоколадного, темно-зеленого; они обязательно должны быть стойкими, ровно ложиться на веки, чтобы держаться в течение всего вечера. Завершая макияж, покройте ресницы густым слоем коричневой туши, особенно хорош шоколадный тон.

...ческого стиля.

В прическах этого стиля возможны смешения разных текстур волос: гофрированных, вьющихся, прямых. В моде коричневые и русые цвета, также все оттенки "блондин". В стрижках акцент делается на простые четкие линии, текстурность волос, челки.

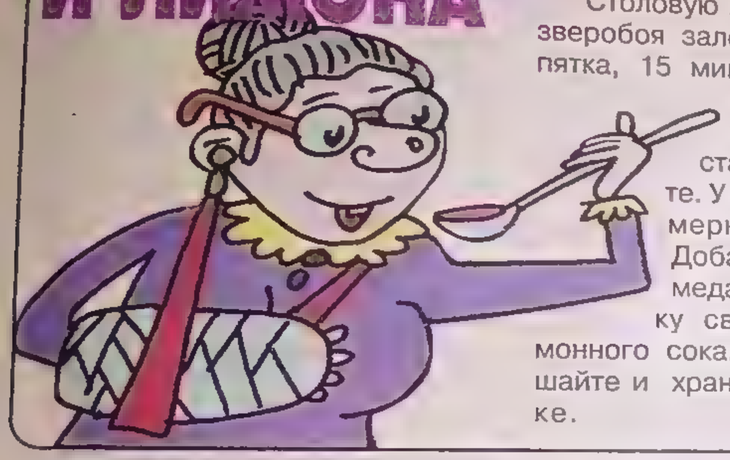
Создать дополнительный объем можно с помощью кудрей. Пусть ваши волосы реагируют на каждое движение - они не склеены лаком и имеют здоровый ухоженный

Мотивы Востока в макияже изысканно подчеркнут ваш элегантный романтический облик, создадут образ женщины-загадки. Такие тона к лицу обладательницам карих и зеленых глаз и смуглой кожи. Светлокожим рекомендуются более светлые краски.

Используйте двухцветные тени для век коричневой гаммы с эффектом мерцающих золотых искорок. Контур для глаз подчеркнет их красоту. Выберите блеск золотисто-оранжевого цвета, отражающий свет: он создаст иллюзию пухлых и соблазнительных губ. Наложите несколько слоев туши, несмотря на обильность, выглядит она очень естественно.

Полосу подготовила Мария ДЕБАБОВА

ДОБАВЬТЕ МЕДА И ЛИМОНА



Это лекарство мне очень помогло, когда год назад я сломала руку. Перелом был неудачный, да и возраст уже немолодой. Кости срастались плохо. Вот мне врач и посоветовал пить такой настой.

Столовую ложку сухой травы зверобоя залейте стаканом кипятка, 15 минут выдержите на водяной бане, затем 40 минут настаивайте. Процедите. У вас получится примерно 100 г настоя. Добавьте в него 100 г меда и столовую ложку свежевыжатого лимонного сока. Хорошо перемешайте и храните в холодильнике.

Принимайте по столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды. Месяц принимайте, затем месяц перерыв. Дело в том, что, когда смешиваются все эти компоненты, образуется лимонно-кислый кальций, который очень хорошо усваивается костной тканью.

Кстати, для профилактики остеопороза - истончения костной ткани - всем женщинам после 45 лет, а мужчинам после 60 обязательно за полчаса до завтрака нужно съедать по столовой ложке этой смеси.

Мария СТОЛЫПИНА. Иркутск.

Три кита Вашего самочувствия и долголетия!

"ЧИСТЫЕ СОСУДЫ" + диета + ежедневные прогулки
НОВАЯ УЛУЧШЕННАЯ ФОРМУЛА

Прием 1 таблетки в день обеспечивает:

- растворение тромбов
- снижение уровня холестерина низкой плотности (плохого)
- улучшение кровообращения головного мозга, миокарда
- омоложение сосудов

Курс приема - две упаковки.

Чистые сосуды - активная и полноценная жизнь до глубокой старости!

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!

Телефоны:
в Москве: **(095) 786-34-00, 145-75-00, 137-01-16**
в Санкт-Петербурге: **(812) 310-14-49.**
Консультации специалиста: **тел. (095) 105-11-57**
www.fitora.ru
Заказ по почте:
119119, Москва, Ленинский проспект, 42, ком. 32-16.

Разработано НИИ Атеросклероза РАЕН, г. Москва
Препарат сертифицирован
Одобрено Минздравом РФ

Я хочу предложить рецепты лечебного варенья, очень богатого витамином С. Зимой для профилактики простуды, особенно в период эпидемий гриппа, добавляйте его по чайной ложке в чай. Или просто ешьте, как обычное варенье.

Первый способ

Вам потребуется 1 кг очищенного шиповника, 0,5 кг клюквы, 200 г очищенных грецких орехов, стакан воды, 2 кг сахара.

ВАРЕНЬЕ ОТ ПРОСТУДЫ

Ядра грецких орехов измельчите, поварите 20-25 ми- ... сиропе. Затем ... подготовленные ши- ... клюкву и варите до ... пока шиповник не ... скаться на дно. Раз- ... банкам, осту-

ЛЕПЕШКА ОТ РАДИКУЛИТА

Я хочу рассказать о проверенном способе лечения радикулита. Как только вас скрутит, наберите примерно полведра глины (лучше всего красной, но сгодится любая), разведите горячей водой до консистенции густого теста, добавьте стакан керосина и тщательно перемешайте. Потом слепите из глины лепешку размером примерно с большую тарелку и толщиной 3-4 см и положите на поясницу. Только между телом и глиняной лепешкой надо класть лист вощеной бумаги. Укройтесь шерстяным одеялом и лежите на животе до тех пор, пока глина не остынет.

При сильных болях можно делать в день по два компресса - утром и вечером. Самый сильный приступ проходит после второй-третьей процедуры.

Софья КАСАТКИНА. Кемерово.

ДИАБЕТ ФАСОЛЬ НЕ ЛЮБИТ

Вот уже 10 лет я страдаю от сахарного диабета. Но пока обхожусь без инсулина благодаря тому, что постоянно пью отвары из овсяной соломки, листьев грецкого ореха, стручков фасоли, листьев черники и березы, листьев, цветков или корней цикория, травы шалфея, листьев и корней одуванчика и спорыша. В сезон стараюсь брать свежее сырье, а сейчас приходится пользоваться сушеными травами.

трем основным составляющим добавьте другие три компонента. На третий день - третьи. Все составляющие берутся в равных пропорциях. Благодаря чередованию сборов удается избежать привыкания организма.

Столовую ложку сбора ... залейте стаканом теплой ... варите на слабом огне ... минут. Настаивайте 1-2 ... процедите и долейте ... ной водой до полного ...

ВАРЕНЬЕ ОТ ПРОСТУДЫ

Ядра грецких орехов измельчите, поварите 20-25 минут в сахарном сиропе. Затем добавьте подготовленные шиповник и клюкву и варите до тех пор, пока шиповник не начнет опускаться на дно. Разложите по чистым банкам, остудите и закройте крышками.

Второй способ

Возьмите по 700 г шиповника и антоновских яблок, 3 столовые ложки лимонного сока, 1,5 кг сахара.

Шиповник разрежьте пополам, удалите семена, вымойте. Залейте 0,5 л воды и оставьте на 8 часов.

После этого варите 20 минут до мягкости. Протрите через сито. Яблоки очистите, мелко нарежьте и добавьте к шиповнику. Влейте лимонный сок, всыпьте сахар и, снимая пену, варите до готовности.

Светлана ИВАНОВА.
Магнитогорск
Челябинской области.

Софья КАСАТКИНА. Кемерово.

ДИАБЕТ ФАСОЛЬЮ ЛЕЧИТСЯ

Вот уже 10 лет я страдаю от сахарного диабета. Но пока обхожусь без инсулина благодаря тому, что постоянно пью отвары из овсяной соломки, листьев грецкого ореха, стручков фасоли, листьев черники и березы, листьев, цветков или корней цикория, травы шалфея, листьев и корней одуванчика и спорыша. В сезон стараюсь брать свежее сырье, а сейчас приходится пользоваться сушеными травами.

Возьмите соломку овса, листья ореха, стручки фасоли. Затем добавьте любые три из вышеперечисленных компонентов. На следующий день к трем основным составляющим добавьте другие три компонента. На третий день - третьи. Все составляющие берутся в равных пропорциях. Благодаря чередованию сборов удается избежать привыкания организма.

Столовую ложку сбора залейте стаканом теплой воды и варите на слабом огне 5-10 минут. Настаивайте 1-2 часа, процедите и долейте кипяченой водой до полного стакана. При высоком уровне сахара в крови пейте по четверти стакана настоя 2-3 раза в день.

Елена ПАНТЕЛЕЕВА.
Вологда.

ПРОЩАЙ, СТЕНОКАРДИЯ!

Я хотела бы поделиться рецептом, который очень помог мне избавиться от приступов стенокардии. Понятно, что полностью я не вылечилась, но чувствовать себя стала значительно лучше. Раньше и 50 метров не могла пройти, чтобы не передохнуть. А сейчас и на рынок за продуктами добираюсь.

Возьмите литровую банку меда, выжмите сок 10 лимонов. Пропустите через мясорубку 10 головок чеснока. Все компоненты сложите в трехлитровую банку и оставьте на неделю. Каждый день банку нужно встряхивать и перемешивать содержимое.

Когда лекарство будет готово, каждое утро принимайте 4 чайные ложки. Старайтесь подольше подержать во рту каждую порцию, а проглатывайте сразу всю дозу. Не пропускайте ни одного дня.

Этого количества лекарства должно хватить на 2 месяца. После полного курса ваше самочувствие значительно улучшится.

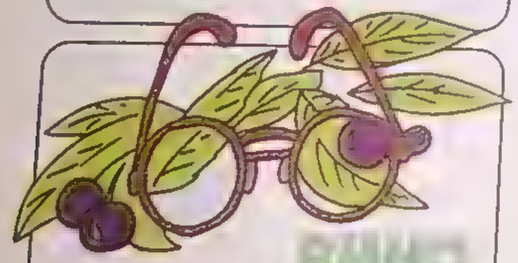
Татьяна ВАСИЛЕНКО.
Калуга.

ПРОРАСТИТЕ КАРТОШКУ

Этим рецептом от артрита пользовалась еще моя бабушка. Она-то нас всех и научила.

Отберите проросшие картофельные клубни. Найти их не проблема - после Нового года картошка дружно прорастает. Оборвите ростки, наполните ими полулитровую бутылку и залейте водкой. Настаивайте две недели, процедите. А затем, как суставы заболят, на ночь делайте компрессы. Смочите картофельной настойкой льняную тряпочку или холстину, приложите к больному месту, обмотайте целлофаном, затем шерстяным шарфом и не снимайте до утра. Курс лечения - десять дней, хотя боль начнет отпускать буквально после трех первых процедур.

Валентина ВОЛКОВА.
Омск.



ВИНО ДЛЯ ЗРЕНИЯ

Я знаю рецепт лекарства, которое необходимо принимать тем, у кого плохое зрение.

Пять столовых ложек сушеных ягод черники (их можно насушить летом самим или купить в аптеке) залейте двумя стаканами воды и проварите 15 минут. Затем добавьте в отвар пол-литра любого красного вина и варите еще 5 минут. Полученную смесь процедите и принимайте по столовой ложке 2-3 раза в день.

Людмила ГАЛАКТИОНОВА.
пос. Совхозный
Алтайского края.

ПОСТУЧИТЕ ПЯТКОЙ

Тромбофлебит - очень неприятное заболевание, и считается, что лечению оно поддается очень плохо. Зачастую приходится идти на операцию. Но недавно я узнала, что для лечения и профилактики этой болезни применяется так называемая виброгимнастика.

Разуйтесь, встаньте на пол, приподнимитесь на носочки, а затем резко опуститесь на пятки. Старайтесь делать это с максимальной скоростью, в идеале один подъем в секунду, и так в течение 1,5-2 минут. Обязательно выполняйте упражнение утром и вечером, а если удастся - и в течение дня.

Эффект будет сильнее, если ударять пятками не о пол, а о невысокий ,порожек.

Валерия ВОРОНОВИЧ.
Псков.

РУКОДЕЛИЕ

ЛЮБИМЫЕ СОБАКИ

Не каждый может позволить себе завести собаку. Одним здоровье не позволяет, другим - жилплощадь.

Но что вам мешает украсить свою квартиру вышитым портретом четвероного друга?

Размер вышивки: 65x57 кл. (12x10,5 см)

Рекомендуемая ткань: бежевого цвета канва "Aida" (55 кл./10 см)

Мулине DMC арт. 117

Выполняется в технике "крест":

- 318 серый, средний / жемчужно-серый
- 407 телесный темный
- 415 серый, светлый / жемчужно-серый, светлый
- 420 цвет древесины дуба / коричневый, цвет ореха, средний
- 422 коричневый, цвет ореха, светлый
- 434 коричневый, цвет корицы, темный

- 436 цвет охры / янтарный, светлый
- 644 цвет льняного полотна, светлый
- 801 коричневый / шоколадный, темный
- 3325 небесно-голубой, светлый / сизый, светлый
- 3347 зеленый, цвет мха
- 3348 зеленый, цвет мха, самый светлый
- 3371 коричневый, цвет торфа, самый темный
- 3772 цвет нуги, средний
- 3828 коричневый, цвет ореха, средний
- 3841 небесно-голубой самый светлый /

3348 зеленый, цвет мха, самый светлый

3371 коричневый, цвет торфа, самый темный

3772 цвет нуги, средний

3828 коричневый, цвет ореха, средний

3841 небесно-голубой самый светлый / сизый, светлый

3862 шоколад с молоком

3865 молочный

Выполняется в технике "полукрест":

543 песочный, самый светлый / цвет шампанского

648 серый, цвет камня, светлый / цвет льна

712 кремовый, светлый, экрю, телесный

Шов "назад иголку":

3371 коричневый, цвет торфа, самый темный

3865 молочный

"Французский узел"

151 жемчужно-розовый, самый светлый

3733 темно-розовый

Сюжет вышивать по счетной схеме "крестом" нитью в 2 сложения, швом "назад иголку" нитью в 1 сложение.

Ольга ЦАПЛИНА, дизайнер.

МАНЬЯК В КРЕСЛЕ НАЧАЛЬНИКА

Нередко молодые девушки, устроившись на работу, скажем, секретаршей, медсестрой, продавцом, массажисткой, скоро начинают ощущать на себе заинтересованные взгляды начальника.

Со временем этот интерес превращается в откровенное склонение к интимной близости. Конечно, ответ взаимностью сулит дополнительные премии, интересные поездки и вообще всяческие материальные блага. Однако при этом подчиненная одновременно превращается в обычную марионетку, если не рабыню, в руках начальника. Чтобы избежать этого, польский журнал "Пшиячулка" дает такие рекомендации.

С самого начала твердо говорите "нет". На всякий случай всегда имейте с собой диктофон и включайте его каждый раз, если нарушитель вашего спокойствия оказывается рядом. Не оставайтесь с ним наедине.

Если инцидент все же возник, постарайтесь привлечь к нему внимание окружающих, даже если они не были свидетелями. Например, если шеф приставал к вам за закрытыми дверями своего кабинета, едва покинув его, расскажите обо всем подруге.

Пресекайте любые разговоры на интимные темы - под видом шутки или рассказов шефа о своих сексуальных подвигах. И никогда не принимайте от него подарков, даже если это какая-то мелочевка.

Помните: если к вам пристают на работе, надо собраться с духом и отбросить тактичность. Заявите начальнику прямо в глаза, что вам не нравится его поведение. Лучше это сделать в присутствии коллег.

И самое важное. Нанимаясь на такую должность "повышенного риска", ставьте главным условием заключение договора о найме, в котором должен быть указан круг ваших обязанностей и присутствовать пункт о недопустимости сексуальных домогательств по отношению к вам.

Татьяна ГУРЬЕВА.

ЛЕНЬ РАНЬШЕ ВАС РОДИЛАСЬ

Если вы хотите узнать, насколько склонны к лени или, наоборот, к чрезмерной активности, польский журнал "Свят родзинны" предлагает вам честно ответить "да" или "нет" на такие десять вопросов.

1. Если поблизости нет урны для мусора, бросаете ли вы его прямо на землю?

2. Редко ли ищете дополнительное занятие после работы?

3. Вы не бегаете, не ходите пешком, не ездите на велосипеде, и вообще не занимаетесь спортом?

4. Посвящаете ли вы хотя бы два часа в день размышлениям, мечтаниям, бесцельному обозрению окружающего, словом - ничегонеделанию?

5. Если вы работаете вместе с кем-то, то стараетесь ли, чтобы ваш напарник сделал больше вас, а результат был записан поровну?

По одному баллу, а за каждый отрицательный - ничего.

Сумма набранных баллов с большой достоверностью скажет вам, насколько вы склонны полентяйничать.

0-3 балла. Вы, пожалуй, чрезмерно активны. С одной стороны, конечно, хорошо, что вы не даете себе расслабляться.

Ведь активность - это жизнь. Но не забывайте, что любая, *даже самая похвальная крайность имеет и свою оборотную* сторону. Может быть, вам хотя бы иногда позволять себе побездельничать. Почти наверняка такие "перерывы" принесут

ДОРОГ И ПОДАРОК, И ВНИМАНИЕ

При выборе подарков в первую очередь нужно руководствоваться главным принципом - подарок должен приносить радость. Ручка, подаренная от души, будет приятнее фарфорового сервиза, если он в доме уже пятнадцатый.

Но определенные правила

дать и в случае, если вы собираетесь сделать подарок ребенку. Поинтересуйтесь у его родителей, что нужно малышу, а не тащите ему очередную мягкую игрушку или третью по счету железную дорогу.

Не совсем прилично дарить женщине кухонный комбайн или

CD, также стоит ориентироваться на вкусы того, кому предназначен подарок. Имейте в виду, что такой подарок идеален для не очень близкого человека.

Категорически не рекомендуется дарить носовые платки, ремни, ножи и другие колющие и режущие предметы, это очень плохая примета - к ссоре.

Не стоит дарить и кофейные сервизы - пользуются ими редко, а в доме у каждой хозяйки таких "полезных" подарков уже полно. Если уж вы остановили свой выбор на по-

ДОРОГ И ПОДАРОК, И ВНИМАНИЕ

Что можно дарить мужчине в 55 лет?

Вера МОРЯШОВА. пос. Лаишево, Татария.

существуют при выборе подарков не только в зависимости от возраста. Нужно учитывать и национальные традиции, и характер, и вкусы человека, которому вы делаете подарок.

Цветы уместны в любой ситуации. Никаких строгих правил на сей счет в наше время не существует. И мужчинам, и женщинам дарят те цветы, которые они любят. Но если вы делаете подарок не очень близкому знакомому, то мужчинам в основном преподносят все-таки гвоздики, гладиолусы, тюльпаны и астры. Дамам в возрасте не стоит дарить белые лилии, белые розы и калы, а юным девушкам - цветы темных расцветок. Хризантемы в России традиционно считаются цветами траура. Но если ваш друг или подруга предпочитают именно их, на традицию можно не обращать внимания.

Цветы в горшках стоит дарить только тому человеку, который будет с удовольствием за ними ухаживать.

По отношению к близкому человеку вполне допустим вопрос: "Что ты хочешь получить в подарок?" Хотя кому как не [illegible] нужды близкой по[illegible] брата.

[illegible] же вопрос можно за-

мясорубку. Сделать это можно только в том случае, если она сама вас об этом попросила.

Вопросы косметики и духов - тоже дело тонкое. И мужчины и женщины выбирают фирму и запахи очень индивидуально. Нужно быть твердо уверенным, что ваш подарок будет использоваться, а не ориентироваться на свои вкусы.

Нижнее белье и колготки девушке может подарить близкая подруга или жених. От молодого человека, отношения с которым еще не выяснились, подобный подарок будет воспринят как намек и может обидеть девушку.

Драгоценности тоже стоит дарить только в случае, если их будут носить. В противном случае такой подарок может быть воспринят как попытка подкупа.

Выбирая книгу, кассету или

[illegible] и режущие предметы, это очень плохая примета - к ссоре.

Не стоит дарить и кофейные сервизы - пользуются ими редко, а в доме у каждой хозяйки таких "полезных" подарков уже полно. Если уж вы остановили свой выбор на посуде, подумайте, что именно может пригодиться в хозяйстве.

Роскошное постельное белье часто дарят на свадьбу, почему-то совсем не задумываясь, что молодые потом им не пользуются.

Фарфоровые и стеклянные статуэтки, чеканки и картины тоже стоит дарить только тем, кто увлекается этими видами искусства.

Дарить деньги просто неприлично. Это свидетельствует о вашем равнодушии и нежелании сделать приятное человеку. Деньги можно подарить только очень близким родственникам, если вы знаете, что они, например, копят на новую стиральную машину, и ваш подарок в этом поможет.

Так что при выборе стоит ориентироваться на два главных принципа: подарок должен быть приятным, полезным. Единственное исключение - цветы. они очень приятны, но пользы от них никакой. Так что их стоит рассматривать, скорее, как приложение к основному подарку.

Надежда НОСОВА, психолог.

спортом?

4. Посвящаете ли вы хотя бы два часа в день размышлениям, мечтаниям, бесцельному обозрению окружающего, словом - ничегонеделанию?

5. Если вы работаете вместе с кем-то, то стараетесь ли, чтобы ваш напарник сделал больше вас, а результат был записан поровну на двоих?

6. Вы никогда не подметаете под кроватью и за мебелью?

7. Смотреть телевизор или читать вы предпочитаете лежа на диване?

8. Если вы дома не один, то никогда не снимаете телефонную трубку, надеясь, что это сделает другой? А если один, то выжидаете ли звонка три-четыре, прежде чем ответить?

9. Можете ли вы пропустить несколько автобусов или трамваев, ожидая того, который придет со свободными местами?

10. Вставая с постели в последний момент, вы часто опаздываете на работу или назначенную встречу?

Теперь за каждый положительный ответ начислите себе

[illegible] вы не даете себе расслабляться.

Ведь активность - это жизнь. Но не забывайте, что любая, даже самая похвальная крайность имеет и свою оборотную сторону. Может быть, вам хотя бы иногда позволять себе побездельничать. Почти наверняка такие "перерывы" принесут пользу.

4-7 баллов. Вы принадлежите к большинству людей. А это большинство имеет определенную склонность к чередованию лени с активностью. Так что вы находитесь в пределах нормы.

8-10 баллов. В склонности полентяйничать вам нет равных. А если такие и найдутся, то их можно будет пересчитать по пальцам. Этот порок надо в себе искоренять. Ваша лень рано или поздно навредит не только вам, но и окружающим: ведь именно им придется своей активностью компенсировать ваше бездействие. Помните - это озлобит людей, вас начнут презирать и в конце концов вы можете оказаться в изоляции.

Татьяна ГУРЬЕВА.

К

НАДУВНОЙ МАТРАЦ-КРОВАТЬ

Идеален для отдыха на воде, на пляже, в лесу, дома. Флокированный (приятная на ощупь бархатная поверхность), водонепроницаемый, компактный.

- **Большой** (203x183 x13см) **Цена - 1650 р.**
- **Средний** (203x152x13см) **Цена - 1500 р.**
- **Малый** (191x137x13см) **Цена - 1350 р.**

НАСОС ДЛЯ МАТРАЦА И БАССЕЙНА

- **Цена 450 руб.**

НАДУВНОЙ БАССЕЙН

Спасет от изнуряющей жары. Имеет удобное расположение отверстия для слива воды. Прочный надувной пол обеспечивает дополнительную подушку.

- **Бассейн надувной,** 229x56 см **Цена 1990р.**
- **Бассейн надувной,** 152x56 см **Цена 1290р.**

ЗАКАЗЫВАЙТЕ наложенным платежом

☐ Матрац большой ☐ Бассейн 229x56 см
☐ Матрац средний ☐ Бассейн 152x56 см
☐ Матрац малый ☐ Насос

[illegible] 191999, Москва, Главпочтамт, а/я 344, "ДД-01"

[illegible] ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ

Вест-хайленд-уайт-терьер (коротко - вести) - задорная собачка, выведенная в горах Шотландии. В последние годы эта маленькая, но с немалым чувством собственного достоинства собака благодаря своей необычной внешности и удобному размеру завоевывает все большую популярность.

ЗАДОРНЫЙ ШАЛУН

Первоначально этого коротконогого терьера разводили в качестве охотничьей собаки, быстрой и ловкой, но в дальнейшем он стал компаньоном своего хозяина, беспечным, веселым и очень смышленым. Вести - терьер с ног до головы, темпераментный и забавный забияка, в полной мере обладающий шотландским пылом, решимостью и преданностью.

Вести очень легко поддается дрессировке, хорошо ладит с другими собаками и ласков с кивая заранее спрятанную там косточку.

Один из наиболее ярких признаков вест-хайленд-уайт-терьера - ослепительная белая шерсть. Украшающая шерсть состоит из жестких, совершенно прямых волос. Шерсть вести необходимо регулярно расчесывать, а два раза в год нужно полностью триммиговать. Качество шерстного покрова очень строго оценивается судьями на выставках, поэтому необходимо поддерживать его в отличном состоянии. Тримминг собастоте. Однако белая покровная шерсть вест-хайленда настолько жесткая и густая, что всегда остается чистой при минимальном уходе с помощью гребня и щетки. Для поддержания чистоты шерстного покрова самый лучший способ - сухая чистка при помощи порошка мела и борной кислоты, которые сначала втирают в шерсть, а затем вычищают щеткой из натуральной щетины.

Эта оригинальная и очаровательная маленькая собачка смела и неприхотлива. Вест-хай-

Прогулка на свежем воздухе имеет не только большое гигиеническое значение, это еще и радостное событие для вашего любимца. И если вы стараетесь уделять как можно больше времени играм и занятиям с собакой, то прогулка превращается в настоящий праздник, а вы получаете не только массу положительных эмоций от общения с четвероногим другом, но и конечно же здоровую в физическом и психологическом плане собаку.

ПОШЛИ ГУЛЯТЬ!

Плодотворная прогулка повышает обмен веществ, улучшает пищеварение, помогает работе легких и сосудистой кровеносной системы. Естественно, это закаливает организм и повышает сопротивляемость к различным заболеваниям. Также хорошее влияние на собак оказывает солнце. Благодаря ему собака получает витамин D_3, который принимает участие в усвоении кальция и фосфора, что способствует профилактике рахита. Но в летнее время не переусердствуйте, не позволяйте собаке находиться долгое время под палящими лучами солнца, потому что это может привести к солнечному удару. А если это все же случилось, отведите собаку в достаточно холодтому что с возрастом мышечная масса уменьшается, а жировая прослойка увеличивается. Это приводит к ожирению, что очень пагубно влияет на здоровье. Физические нагрузки снижают задержку жира в организме и продлевают жизнь.

Позвольте вашей собаке пережить как можно больше приятных ощущений от общения с вами, поиграйте с ней в палочку или в прятки, повторите уже известные команды или разучите что-то новое. Зимой, например, можно поиграть в снежки или, надев шлейку, запрячь ее в санки или лыжи, а в летнее время собакам очень нравится плавать, что укрепляет мышцы, минимально нагружая суставы, и закаливает организм. Также давайте возможность собаке общаться с ее знакомыми сородичами - это будет интересным и полезным событием в повседневной жизни и благотворно повлияет на социальное развитие вашего любимца.

Собаки, которые достаточно долгий период времени гуляют по одному маршруту, испытывают скуку. Поэтому будет очень здорово, если вы разнообразите место прогулок.

Движения, игры с вами - вот от чего ваш любимец будет безгранично счастлив.

веселым и очень смышленым. Вести - терьер с ног до головы, темпераментный и забав-

ный забияка, в полной мере обладающий шотландским пылом, решимостью и преданностью.

Вести очень легко поддается дрессировке, хорошо ладит с другими собаками и ласков с детьми, в общем - идеальная собака для семьи. Он удобен для городского содержания, но прекрасно будет себя чувствовать и в загородном доме. Забавный шалунишка с удовольствием будет нежиться у камина или на диване, но с не меньшим удовольствием погоняет с вами мяч на лужайке. Вести обожает рыться в земле, отыс-

состоит из жестких, совершенно прямых волос. Шерсть вести необходимо регулярно расчесывать, а два раза в год нужно полностью тримминговать. Качество шерстного покрова очень строго оценивается судьями на выставках, поэтому необходимо поддерживать его в отличном состоянии. Тримминг собаки производится по установленным правилам, и прическа вести должна подчеркивать его породные качества - крепкое сложение, глубокую грудную клетку, ровную линию верха, мощный круп и мускулистые конечности. Голове придается форма хризантемы.

Многим кажется, что белую собаку сложно содержать в чи-

щетки. Для поддержания чистоты шерстного покрова самый лучший способ - сухая чистка при помощи порошка мела и борной кислоты, которые сначала втирают в шерсть, а затем вычищают щеткой из натуральной щетины.

Эта оригинальная и очаровательная маленькая собачка смела и неприхотлива. Вест-хайленды не нуждаются в нежном диванном содержании. Они любят резвиться на снегу и могут сопровождать хозяина на лыжных прогулках. Летом вести - прекрасные компаньоны для продолжительных путешествий.

Екатерина СЕНАШЕНКО, эксперт Российской кинологической федерации.

принимает участие в усвоении кальция и фосфора, что способствует профилактике рахита. Но в летнее время не переусердствуйте, не позволяйте собаке находиться долгое время под палящими лучами солнца, потому что это может привести к солнечному удару. А если это все же случилось, отведите собаку в достаточно холодное место, положите на голову лед или полейте холодной водой и дайте ей попить.

В холодную же погоду при продолжительной прогулке неадаптированная собака может простудиться. У не подготовленной к морозам собаки может возникнуть переохлаждение, что чревато радикулитом. Поэтому приучайте собаку к холодам, как только они начинаются.

Если вы не сторонник пятиминутной прогулки около подъезда и хотите вырастить красивого и здорового компаньона, то тут очень важно все делать правильно. Прогулки со щенком должны быть достаточно длительными, но при этом нагрузки - умеренными. Бег по горам и за велосипедом щенку противопоказан, так как это может привести к нарушению развития суставов и работы сердца. Наилучший способ прогулок для щенка - дать возможность собаке двигаться самостоятельно. Также следует помнить, что щенку пока можно только подниматься по лестнице, а вот спускаться рано, потому что это может привести к искривлению конечностей.

Как только щенок становится взрослым, ему необходимы разного рода нагрузки. Стоит отметить, что бег для собаки является эликсиром молодости.

Движения очень важны и для стареющей собаки, по-

шего любимца.

Собаки, которые достаточно долгий период времени гуляют по одному маршруту, испытывают скуку. Поэтому будет очень здорово, если вы разнообразите место прогулок.

Движения, игры с вами - вот от чего ваш любимец будет безгранично счастлив. Собаки безумно любят, когда с ними занимаются. По возможности берите своего питомца с собой везде. Разрешите ему что-нибудь нести, когда идете из магазина, или пусть сам принесет тряпку, чтобы вы вытерли его грязные лапы, вернувшись с прогулки. Фантазируйте, придумывайте новые развлечения для своего четвероногого друга. Совмещайте игры с отработкой команд на послушание, это будет полезно и вам, и вашему подопечному. И конечно, собака вправе рассчитывать на вашу щедрую похвалу. Не забывайте хвалить ее, и тогда она будет очень счастлива, а вы получите море положительных эмоций от общения с ней.

Помните, собаки предназначены для того, чтобы служить человеку, они хотят и любят это делать. Эти животные, не имеющие какой-либо работы или регулярных продолжительных прогулок, становятся раздраженными. Собаки некоторых пород должны много двигаться, так как без этого они не ощущают себя счастливыми и здоровыми. Важно помнить: выгул "по нужде" и прогулка с собакой - это не одно и то же. Настройтесь на массу положительных эмоций, когда собираетесь гулять со своим четвероногим другом.

Екатерина ЛЕОНОВА, кинолог.

ГРЫЗУН НЕ ЛЮБИТ ПЕРЕМЕН

Если вы завели в качестве домашнего питомца грызуна, учтите, что эти животные любят жить на одном месте, в привычной обстановке, где чувствуют себя в безопасности, и терпеть не могут перемен.

Грызуны практически беззащитны против хищников и буквально цепенеют от страха, когда их вынимают из родной клетки и переносят на незнакомую территорию. Даже изменение обстановки в клетке или перестановка ее в другое место может привести вашего питомца к нервному срыву. Сердце бьется, как сумасшедшее, нервы напряжены, ужас парализует все члены. После такого стресса у зверьков может появиться диарея, измениться структура шерсти, даже снизиться вес.

Хомяки кусаются, если их вынуть из клетки. Бурундук потеряет ориентацию и начнет метаться во все стороны, стоит только поменять положение его клетки. Морская свинка, всегда спокойная, будет активно сопротивляться вашему намерению вынуть ее из знакомого жилища.

Только в одном случае стресс от перемены обстановки может сыграть вам на руку. Если вы хотите подсадить к своему питомцу нового приятеля, поместите обоих животных в незнакомую клетку, и они будут так заняты переживаниями по поводу смены обстановки, что не станут драться друг с другом.

Елена ЮРЬЕВА, биолог.

КУЛЬТУРНЫЙ БУРЬЯН

Окопник лекарственный - довольно странное декоративное растение. Его мелкие голубые цветы собраны в небольшие соцветия, распускаются они не одновременно, для срезки их не используют. Но все-таки есть в этом растении какое-то особое очарование.

Окопник достигает высоты 100-150 см и со временем образует довольно густые заросли. Но это не обычный бурьян. Растения как бы дополняют друг друга, не позволяя при этом развиваться другим видам, а многочисленные цветки образуют своеобразную голубую дымку. Окопник идеально подходит для создания уголка старого заброшенного сада.

Окопник крайне неприхотлив. Он быстро размножается при помощи подземных корневищ и самосева. Ухода почти не требует, но в жаркую погоду при недостатке влаги его листья быстро поникают.

Окопник относится к семейству бораговых, то есть является близким родственником таких известных растений, как незабудка, брунера, а также бораго (огуречная трава). Ко всему прочему окопник используется в медицине. Об этом недвусмысленно свидетельствует его название.

Корневища и корни окопника лекарственного содержат вещества, которые обладают ранозаживляющими, кровоостанавливающими и восстановительными свойствами. Отвары из подземных частей растения применяют при хронических воспалениях желудка, кишечника, а также дизентерии. Они помогают при носовых кровотечениях (летом можно использовать свежий сок растений). Компрессы или примочки в сочетании с приемом отваров существенно ускоряют срастание костей. Также они помогают при вывихах и повреждениях суставов.

ВЯНЕТ, ПРОПАДАЕТ

Бывает, вы неожиданно обнаруживаете, что с вашим любимым цветком что-то не так. Растение не цветет, его листья желтеют и опадают, а бутоны вянут. Что же случилось? Проблемы чаще всего появляются от незнания. Выяснить причину болезни растения не так просто, но все же возможно. Чем раньше вы поймете и исправите собственные ошибки, тем больше надежды на то, что цветок в вашем доме выздоровеет.

Когда желтеют концы и края листьев, то самая вероятная причина - сухой воздух. Такие же признаки могут появиться и в том случае, если ваше растение стоит в неподходящем месте.

Появились желтые и бежевые пятна на листьях - это знак солнечного ожога. Причиной таких же отметин, расположенных полосами, является пониженная температура.

Листья желтеют, вянут и опадают. Если на дворе не осень, то это явный признак недостатка азота в почве.

Темно-коричневые края листьев. Недостаток калия, переизбыток хлора, засоление почвы.

Бежевые сухие пятна на листьях. Наиболее вероятная причина в том, что растение редко поливают.

Белые и желтоватые мягкие пятна на листьях: слишком холодной водой вы поливаете растение.

Пестрые листья меняют цвет на бледно-зеленый. Причина этого одна - недостаток света.

Листья опадают. Воздух в помещении очень сухой, переувлажнена почва. Или растение стоит в холодном месте.

Листья сворачиваются и вянут. Это следствие недостатка тепла, переувлажнения почвы или влияние сквозняков.

Растение не цветет. Наиболее вероятная причина связана с плохим освещением. Может сказаться и пересадка.

Цветки вянут. Это происходит из-за недостатка освещения и влаги в почве, а также слишком сухого воздуха.

Бледные цветки. На них влияет слишком высокая температура воздуха и слишком яркий свет.

Замедленный рост. Причина кроется, скорее всего, в недостатке влаги и отсутствии подкормки.

Вытянутые стебли. Причина в недостатке минеральных веществ или плохом освещении.

Засыхают нижние листья. Есть три причины, по которым это происходит: недостаточное освещение, очень высокая температура воздуха и редкий полив.

Анатолий САФОНОВ.

ЗАГАДОЧНЫЕ БРОМЕЛИЕВЫЕ

Путеводители интересного семейства бромелие-

шой и насыпьте в нее

Листья опадают. Воздух в помещении очень сухой, пере-

Анатолий САФОНОВ.

БЫВАЕТ, И ТОЛСТЯНКА ЗАЦВЕТАЕТ

У меня уже много лет растет неприхотливое комнатное растение толстянка. За все время она ни разу не образовывала бутонов. Хотелось бы узнать, как толстянка цветет.

Тамара ПРИВАЛОВА. Екатеринбург.

В комнатных условиях толстянка цветет действительно очень редко. Возможно, жилище человека не очень похоже на знойную пустыню. Однако иногда бутоны все-таки образуются. Небольшие пятилепестковые цветки обычно окрашены в белый цвет. Они собраны в рыхлые соцветия, которые формируются на верхушках побегов.

В продаже иногда появляются цветущие экземпляры толстянок. Выращивают их как обычно, а для стимулирования цветения обрабатывают особыми регуляторами роста. Их состав, по понятным причинам, не афишируется.

Раздел ведет обозреватель "Друга дома" - агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ

К

Плоскорезы Фокина от Фокина! Вместо лопаты - сотка в час, прополка стоя - 5 минут - грядка! **Комплект с 2 черенками и брошюрой = 280 руб.**

С доставкой. Предоплата. 601384, Владимирская обл., Судогодский р-н, пос. Муромцево, ул. Шкурина, 8. Фокина Е.Н. Тел. (09235) 4-13-63.

ЗАГАДОЧНЫЕ БРОМЕЛИЕВЫЕ

Представители интересного семейства бромелиевых довольно часто встречаются у цветоводов-любителей, в цветочных магазинах. Однако, не зная их особенностей и ухаживая за ними, как за обычными растениями, любители комнатных цветов сталкиваются с определенными трудностями: засыхают листья, на них появляются пятна, загнивает и гибнет все растение.

Большинство бромелиевых образуют воронковидную розетку из листьев, в которой накапливается вода. Объем таких резервуаров может достигать двух ведер. Они используются не только как источник дополнительной влаги, но и для решения проблемы нехватки питательных веществ. Дело в том, что в эти резервуары в природных условиях попадают частицы отмерших листьев, насекомых, пыль, которые начинают быстро разлагаться. Туда же забираются мелкие животные. Для них это маленький водоем, в котором можно спокойно жить и размножаться. Перегнившие вещества служат питанием для растения.

В домашних условиях в связи с этой особенностью бромелиевых в летний период вы должны следить за тем, чтобы центральная воронка была постоянно наполнена водой, лучше дождевой. Каждые два месяца воду в воронке необходимо менять. Зимой и в холодные периоды осени и весны вода, оставшаяся в воронке, неизбежно приведет к загниванию растения, поэтому на это время воду удалите.

Учитывая, что корни бромелиевых частично утратили всасывающую функцию, полив и корневая подкормка не подходят для этих растений. Чтобы обеспечить необходимое количество воды и питательных веществ, нужно регулярно опрыскивать их дважды в сутки и проводить внекорневые подкормки. Минеральные удобрения берите в половинной дозе по сравнению с обычной концентрацией. Залейте раствор в пульверизатор и опрыскивайте им цветы в период активного роста один раз в 10-15 дней.

Выращивая растения семейства бромелиевых, не забывайте о корнях, которые должны находиться в рыхлом, но влагоемком субстрате. Горшок для посадки возьмите небольшой и насыпьте в него дренажный слой, состоящий из крупного песка или мелкого гравия на треть высоты. В качестве субстрата можно порекомендовать смесь из двух частей сосновой коры, одной части измельченных папоротников, одной части листовой земли, половины части перегноя, трети части торфа, одной части сфагнума и одной части песка. Добавьте также немного древесного угля, лучше березового. Время от времени поливайте субстрат мягкой водой, но не переувлажняйте.

В летний период на листьях могут появиться ожоги бледно-коричневого цвета. Если это случилось, значит, растение стоит на слишком сильно освещенном месте, и его следует немного притенить. От низкой влажности воздуха, а также от полива жесткой водой могут усохнуть кончики листьев. А от переувлажнения - загнить корни. Всегда внимательно осматривайте своих питомцев. На них можно обнаружить червецов и щитовок.

Анна ЯНИНА, фитодизайнер.

НАСТОЯЩИЙ МУЖЧИНА

НОВАЯ СТАРАЯ ДВЕРЬ

Как можно просто и стильно обновить старые межкомнатные двери?

Евгения УЛЬШИНА.
г. Альметьевск, Татарстан.

Поскольку назначение межкомнатной двери не защищать квартиру, а лишь ограничивать доступ в помещение, то издавна повелось изготавливать ее с минимальным запасом прочности и максимально простой. В качестве отделки двери имеют с двух сторон поливинилхоридную пленку "под дерево" или окраску от белого до темно-коричневого цвета. Со временем отделка ветшает, дверь теряет внешний вид и вообще надоедает своей унылостью. Не беда - все можно исправить, дверь может стать нарядной и даже стильной.

Вот первый способ. Дверь можно оклеить заново самоклеящейся пленкой с текстурой в разных сочетаниях.

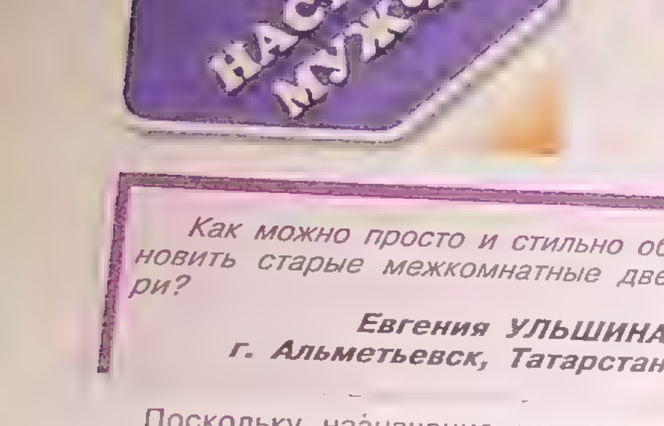


Рисунок 3

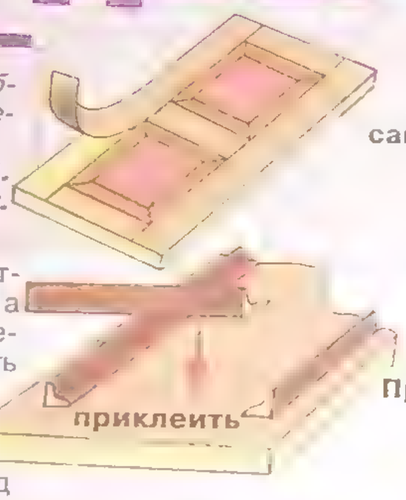


Рисунок 1. Примененние самоклеящейся пленки с текстурой в разных сочетаниях

Рисунок 2. Приклеивание багета для имитации филенки

Их можно подобрать на любом строительном рынке. Готовые рейки красят либо морилкой с лаком, либо в однотонный, контрастный белому цвет. После этого на полотне двери размечают места приклеивания и клеют рейки встык.

Интересен вариант, где дверь как бы скрыта и малозаметна. На **рисунке 3** показана дверь, "вмонтированная" в общий фон стены, покрытой фотообоями.

Для этого способа необходимо снять наличники с дверной коробки, заделать щели между ней и стеной и наклеить сверху фотообои, в том числе на саму дверь. А чтобы она не "растворилась" на общем фоне, на старые места прибивают новые или старые наличники. Дверь оконтурена, видна на фоне фотопейзажа.

И еще один способ, несколько сложный, но более функциональный. На **рисунке 4** показано, как можно

Персональный компьютер QUATRUM
на базе процессора Intel® Pentium® 4
с технологией HT

261-3401 contacts@ptlife.ru

ТЕХНОСОФТ – Компьютерный центр Ⓜ Бауманская, ул. Старая Басманная, д. 25

Логотипы Intel Inside® и Pentium® являются зарегистрированными товарными знаками Intel Corporation

наличник

Рисунок 3

кой любой расцветки и фактуры, исходя из собственного вкуса и интерьера. Это может быть отделка под мрамор, камень или кирпич, различные текстуры дерева.

На **рисунке 1** показан вариант не сплошного, а комбинированного использования самоклеящейся пленки, заблаговременно нарезанной так, чтобы за счет изменения направления текстуры добиться "объемности" ровной поверхности. Используя различные направления и текстуру, можно получить эффект присутствия на полотне двери филенок и вставок. Возможно также применение пленки одной текстуры, но разной яркости.

Главное - тщательно подготовленная поверхность. Дверь снимают с петель, очищают от старой пленки, зашкуривают неровности и подтеки краски. Шершавые поверхности грунтуют.

Бугристую с трещинами поверхность выравнивают акриловой шпатлевкой, шлифуют и покрывают либо акриловой грунтовкой, либо лаком. Гладкая поверхность обеспечивает наилучшее сцепление с пленкой.

Наклеивают пленку так: ее отделяют от бумажного слоя примерно на 5 см, прикладывают к поверхности и прижимают край. Оставшуюся часть, постепенно освобождая от бумаги, приклеивают, разглаживая тряпкой от центра к краям, чтобы избежать появления воздушных пузырей. Если пленку нужно завернуть, ее прогревают феном и прижимают к поверхности.

Крепят пленку внахлестку с запасом около 5 мм. Излишки потом можно срезать (как при настилке линолеума) острым ножом. Если под пленкой остались пузыри - не беда: аккуратно проколите их иглой и прижмите. Воздух выйдет, пленка приклеится.

Другой способ заключается в придании полотну двери филенчатой рельефности **(рисунок 2)**. Снятую дверь нужно подготовить к покраске и тщательно прокрасить в выбранный однотонный цвет, например белый. Затем готовят и распиливают филенку - багетную или рельефную рейку-раскладку.

...чтобы она не "растворилась" на общем фоне, на старые места прибивают новые или старые наличники. Дверь оконтурена, видна на фоне фотопейзажа.

И еще один способ, несколько сложный, но более функциональный. На **рисунке 4** показано, как можно "утопить" дверь в стойку с полками. Дело в том, что пространство над дверью "гуляет", а его можно сделать полезным.

Вначале изготавливают две стойки по высоте стены, готовят полки длиной несколько шире наличников и места их креплений к стойкам. После этого устанавливают одну стойку и строго вертикально прикрепляют ее к стене. Это можно осуществить с помощью дюбелей и уголков-кронштейнов. Потом устанавливают вторую доску стойки, не закрепляя ее к стене, монтируют полки (также с помощью уголков и

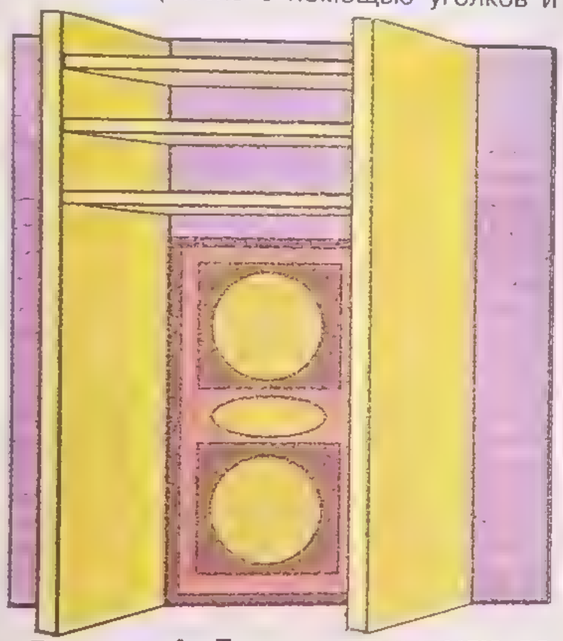


Рисунок 4. Дверь в комплекте со стойкой для полок

саморезов) и затем - стойку к стене. Стойки и полки можно изготовить из ДСП, доски или толстой фанеры. В самую нижнюю полку (над дверью) можно вмонтировать точечные светильники, в результате чего освещенная дверь будет смотреться нарядно.

Дверь можно отделать узкими вертикальными полосками зеркала, наклеив их "жидкими гвоздями".

Таким образом, выбор есть, но в процессе работы у вас может появиться еще много вариантов.

Сергей ДМИТРИЕВ.

281-3401 contacts@pcnte.ru

ТЕХНОСОФТ - Компьютерный центр Ⓜ Бауманская, ул. Старая Басманная, д. 25

Логотипы Intel Inside® и Pentium® являются зарегистрированными товарными знаками Intel Corporation

ЧУЖОЙ РЕБЕНОК

Два года назад я познакомился с прекрасной женщиной. Я ее очень люблю и хочу жениться на ней. Но меня останавливает то, что у нее 8-летний сын, который привязан к своему родному отцу. А вдруг я не смогу найти с ребенком общий язык?

Максим Л. Курск.

Прежде всего налаживать контакт с ребенком следует еще тогда, когда вы только встречаетесь с его мамой. И чем он старше, тем это будет делать труднее.

Во-первых, в ребенке просыпается ревность. Мама теперь уделяет внимание не только ему, а еще какому-то чужому дяде. Это внутренняя проблема матери и ребенка. Они разберутся сами. Вы же на начальном этапе общения должны стараться игнорировать грубость ребенка и желание (часто подсознательное) выжить вас из дома и маминого сердца. Будьте терпеливы и сдержанны, не поддавайтесь на провокации. Старайтесь так организовать свои встречи с любимой женщиной, чтобы ребенок не чувствовал себя оставленным.

Во-вторых, ребенок подсознательно будет сравнивать вас с отцом. И на начальной стадии не так уж важно, кто из вас действительно лучше. Просто он - папа, а вы - чужой дядя. Так что вам придется очень постараться, чтобы сравнение было ну хотя бы не во вред вам.

Не следует играть в те же игры, что и папа, стремиться быть похожим на него. Вы - это вы, подберите свой персональный ключик к ребенку. Если папа дарит дорогие игрушки - вы можете сами построить ракету. Папа привез велосипед - зато вы научите на нем кататься.

Не заводитесь, услышав от ребенка: "А вот папа делал так-то..." Просто объясните ему, что вы - другой человек и не можете быть во всем похожим на папу. И уж ни в коем случае нельзя говорить, что в чем-то вы лучше. Вам просто не поверят.

Если бывший муж часто приезжает к вашей жене или подруге, не устраивайте сцен ревности. И тем более если они идут гулять все втроем. В данной ситуации важнее всего интересы ребенка: ведь он хочет хотя бы изредка побыть вместе и с мамой, и с папой. Нельзя его лишать этого.

Не настаивайте, чтобы ребенок называл папой вас. Пусть зовет по имени, если ему так удобнее.

Если родной отец не слишком внимателен к ребенку, вы, скорее всего, сумеете его заменить. Гораздо сложнее, если папа хороший и заботливый. Но и тут вы сможете стать если не отцом, то, по крайней мере, другом и авторитетом для ребенка. Вы живете вместе, проводите с ним больше времени, имеете больше возможностей для каких-нибудь совместных дел. Ничто так не сближает, как общее хобби. Только вот не надо заставлять ребенка чинить с вами автомобиль, если ему больше нравится собирать марки.

Советуйтесь с ребенком: "Ты ведь знаешь маму лучше, чем я. Подскажи, какие цветы ей купить к 8 Марта? Какая блузка ей больше понравится? Какой пирог мы испечем ей на день рождения?" Нет ничего страшного, если он погордится перед вами своими знаниями. И не ждите, что ребенок полюбит вас сразу же. От вас требуется очень много душевных сил, такта и внимания. И конечно же любви. Если вы не любите его, вы ничего не сможете добиться.

А если вы поняли, что не находите в душе никаких теплых чувств к чужому ребенку, лучше сразу расстаться с его матерью. Семьи у вас все равно не получится.

Надежда НОСОВА, психолог.

ЯРКИЙ, МЯГКИЙ И ПУШИСТЫЙ

Конечно, обилие синтетических красителей позволяет придать вещам любые цвета и оттенки. Одна беда - после такой обработки одежда иногда "садится" или при каждой стирке приобретает новый оттенок. Поэтому желание Надежды НОСОВОЙ из г. Мытищи Московской области красить вещи исключительно природными красителями вполне понятно.

Вот какие способы предлагает **Лидия ЩЕРБАК** из г. Златоуст Челябинской области.

Для восстановления цвета поблекшей черной одежды может быть использован табачный раствор, приготовленный из расчета 15 г табака на 1-1,5 л кипящей воды. Вещь очистите от пыли и пятен, если нужно, выстирайте и высушите, и только после этого протрите щеточкой, смоченной процеженным через сито теплым табачным раствором. А замоченные в этом растворе белые вещи приобретают кремовый оттенок.

Крепкий чай окрашивает светлые капроновые вещи в золотистый цвет.

Чтобы придать пожелтевшим кружевам красивый оттенок чайной розы, в воду для полоскания добавьте некрепкий кофе.

Немного питьевой соды, добавленной в воду для полоскания, способствует сохранению сочного ярко-красного цвета одежды.

Голубые и синие вещи лучше полоскать в соленой воде (3-4 столовые ложки соли на 10 л воды).

Отвар свежих или сухих апельсиновых корок освежит вещи из желтого шелка.

Если светлую шелковую [illegible] 2-3 дней вымачивать в отваре цветов липы, то она может приобрести нежный светло-розовый цвет. А вот светло-желтый оттенок придаст шелку отвар цветов ромашки.

Сатиновая вещь не полиняет в процессе стирки, если прополоскать ее в воде с добавлением буры.

Получила ответ на свой вопрос о том, как распрямить старую пряжу, и **Надежда КОЛЬЦОВА** из Оренбурга.

Вот какой способ предложила **Татьяна ШЕМЕТОВА** из г. Озерска Челябинской области. После того как вещь будет распущена, шерсть с клубков намотайте на спинки двух стульев, поставленных сиденьями друг к другу. Чтобы пряжа не спуталась, в нескольких местах перевяжите ее нитками. Подготовленные таким образом мотки выстирайте в мыльной пене (лучше из хозяйственного мыла), после чего прополощите в теплой чистой воде с добавлением уксуса (чайная ложка уксуса на 10 л воды). После стирки каждый моток необходимо встряхнуть и повесить сушиться, привязав небольшой груз. Благодаря этому пряжа не будет "пружинить". Когда нитки высохнут, их следует перемотать в нетугие клубочки.

Обработанная таким образом пряжа идеально выпрямляется, и только с лупой можно определить, новая она или нет.

А вот каким образом распрямляет шерсть **Ольга КИРИЛЛОВА** из г. Чусовой Пермской области.

В каждом доме, наверняка, найдется обычный старый чайник, которым вы уже не пользуетесь по назначению. Я, например, с его помощью поливаю цветы. Вот он и пригодится для распрямления пряжи. Налейте в него воды, но не полностью, а примерно до половины, так, чтобы уровень воды чуть-чуть не доходил до носика. Пропустите нитку через носик и горлышко. Поставьте чайник на огонь и доведите до кипения. Как только вода закипит, начинайте сматывать клубок. Проходя через струю пара, пряжа будет распрямляться.

А вот что посоветовала **Надежда КОРОБОВА** из с. Знаменка Алтайского края.

Налейте в кастрюлю немного воды, дайте ей закипеть. Сверху закрепите дуршлаг и положите в него клубки с шерстью, которую нужно распрямить, и накройте крышкой. Подержите на водяной бане минут 10-20. Нитки снова станут мягкими и пушистыми.

Следующий способ больше подойдет для небольших клубочков. Нанижите их, как шашлык, на длинную металлическую спицу и положите ее на края широкой кастрюли с кипящей водой. Минут через 10-15 клубочки снимите, разложите на белой хлопчатобумажной ткани, расстеленной около батареи или в любом другом теплом месте, и хорошо просушите.

Неплохой эффект получится, если намотать нитки на прямоугольный кусок фанеры или плотного картона и прогладить утюгом через влажную марлю.

Последний способ оптимален в том случае, если требуется распрямить небольшое количество пряжи. Поставьте утюг на минимальный нагрев. Пряжу смочите. Затем отмотайте нить длиной 15-20 см, разложите ее на гладильной доске, покрытой влажной марлей, и поставьте на нее утюг. Вытягивая из-под утюга нитку, сматывайте ее в клубочки.

И еще несколько неприятных моментов, с которыми приходится сталкиваться, работая со старой шерстью.

Если старая вещь была связана в две и более нитей, а вам нужно разъединить пряжу на составляющие, сделать это удобнее всего следующим образом. Отмотайте от клубка 0,5 м нити, у основания на клубке заколите ее булавкой. Возьмите нитку за свободные концы, разъедините нити и разведите в разные стороны. Клубок начнет вертеться, а нитки разъединятся по всей длине. Затем снова отмерьте нить и таким же образом разъедините следующий отрезок. И так до тех пор, пока не разделите всю пряжу.

Часто, распуская старые вещи, вы обнаруживаете, что нитки оказываются довольно короткими. В большинстве случаев их просто связывают узлом. Но можно их и сшить. За счет утолщений пряжа приобретет модный эффект "непропряда". Особенно интересным получится полотно, связанное из пряжи, где таким образом соединены нити разных цветов.

А ТЕПЕРЬ НОВЫЙ ВОПРОС, ПРИСЛАННЫЙ В КЛУБ ВЗАИМОПОМОЩИ НАШИМ ЧИТАТЕЛЯМ

Как законсервировать клюкву, чтобы она не утратила витамины?

Татьяна УРЖУМОВА,
г. Маркс
Саратовской области.

ше полоскать в соленой воде (3-4 столовые ложки соли на 10 л воды).

Отвар свежих или сухих апельсиновых корок освежит вещи из желтого шелка.

Если светлую шелковую вещь в течение 2-3 дней выма- [illegible] чистой воде с добавлением уксуса (чайная ложка уксуса на 10 л воды). После стирки каждый моток необходимо встряхнуть и повесить сушиться, привязав небольшой груз. Благодаря этому пряжа не будет "пружинить". Когда нитки высохнут, их сле- [illegible] пара, пряжа будет распрямляться.

А вот что посоветовала **Надежда КОРОБОВА** из с. Знаменка Алтайского края.

Налейте в кастрюлю немного воды, дайте ей закипеть. Сверху закрепите дуршлаг и положите в него клубки с шерстью, которую нужно распря- [illegible] Затем отмотайте нить длиной 15-20 см, разложите ее на гладильной доске, [illegible] марлей, и [illegible] из нее утюг. Вытягивая из-под утюга нитку, сматывайте ее в клубок.

И еще несколько неприятных моментов, с которыми приходится сталкиваться, работая со старой шерстью.

Как законсервировать ка- [illegible] чтобы она не утратила [illegible]?

Татьяна УРЖУМОВА.
г. Маркс
Саратовской области.

А теперь - за маму. Фото Ольги НОВАКОВСКОЙ. Краснодар.

ВНИМАНИЕ: КОНКУРС!

Сегодня мы публикуем первые снимки, присланные на конкурс

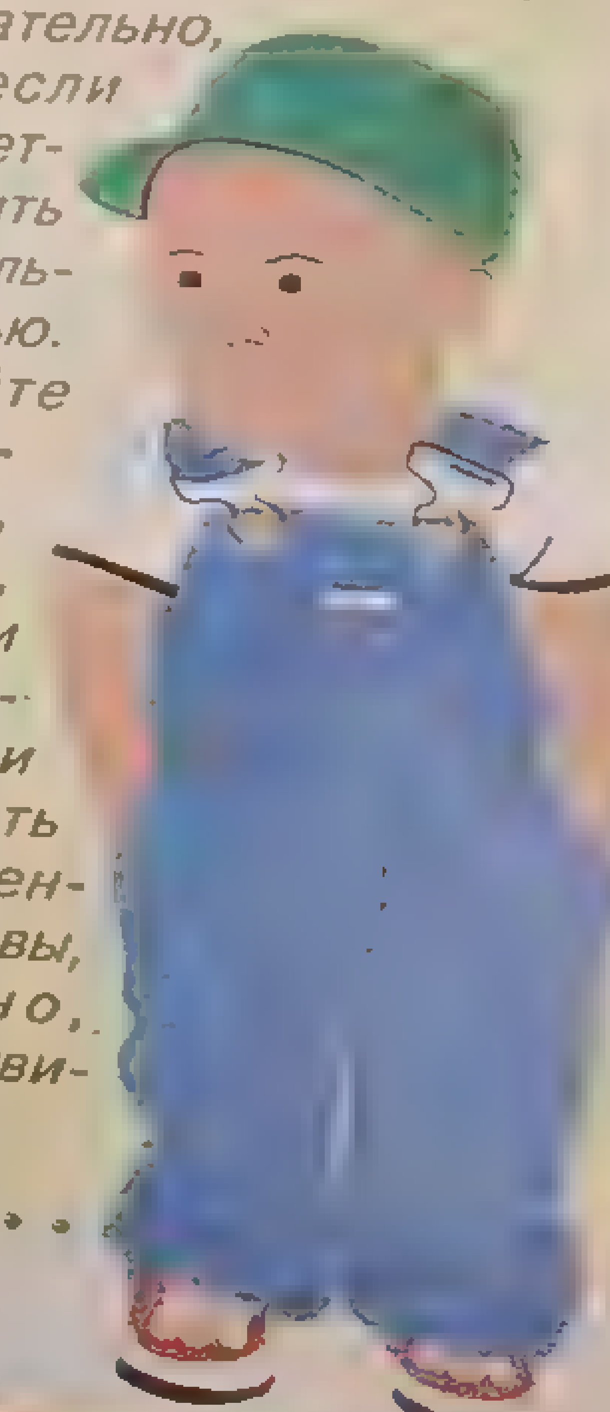
Детский мир

Есть вещи, на которые можно смотреть бесконечно. В их числе - детские фотографии, непосредственные, искренние, теплые. Они словно заряжают нас своей энергией, дарят радость.

"Друг дома" объявляет конкурс на самую интересную детскую фотографию "Детский мир". Итоги мы будем подводить ***каждый месяц*** *- выбирать лучшую "фотомодель" января, февраля, марта и так далее. Естественно, победителя каждого месяца ждет приз -* ***500 рублей****.*

Обязательно напишите имя героя или героини вашего фотоснимка, не забудьте указать свой точный адрес, фамилию, имя, отчество. Участвовать в конкурсе можно многократно. Возраст детей не ограничен. Желательно, особенно если снимок сюжетный, снабдить его оригинальной подписью.

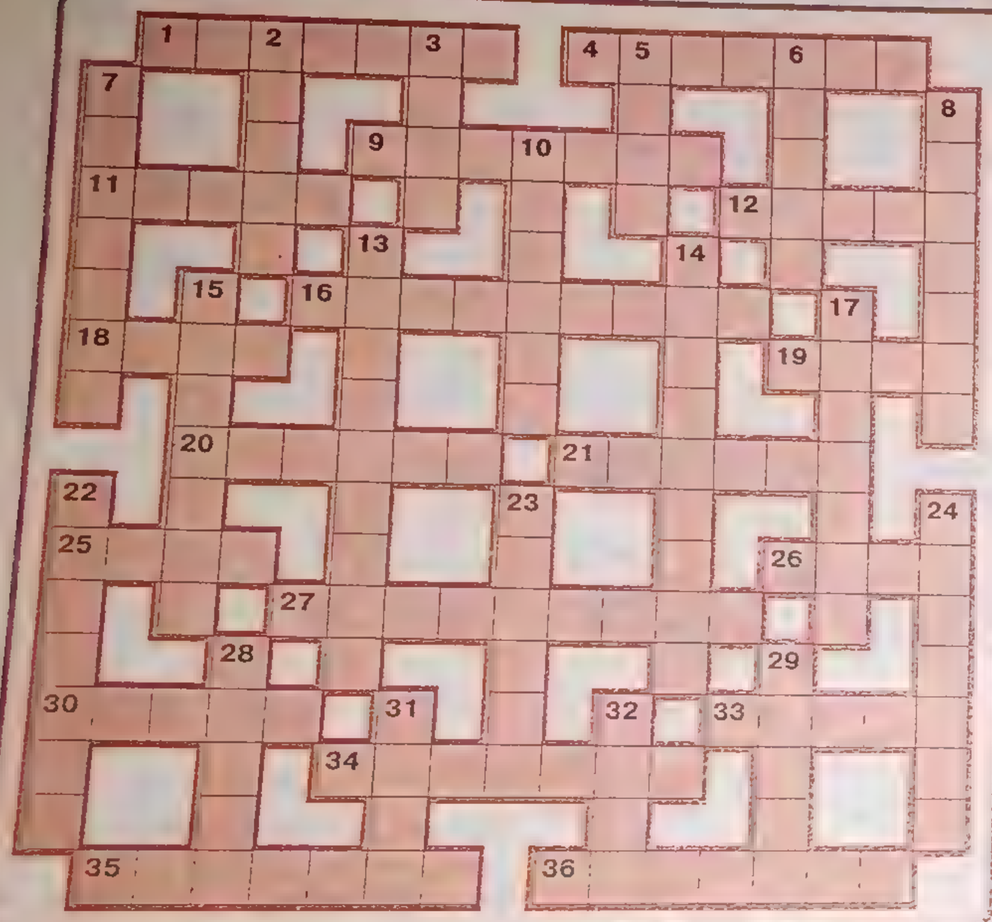
Заряжайте ваши фотоаппараты, мамы и папы, дедушки и бабушки, родственники и друзья. Пусть вашего ребенка, которым вы, несомненно, гордитесь, увидят все!



Арсений: "И слышать ничего не хочу". Фото Зинаиды МИШУРЫ. Минск.

Отбой, завтра в школу! Саша и Андрей Грибинец. г. Канск Красноярского края. Фото Светланы ГРИБИНЕЦ.

СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ



ДЛЯ ЖЕНЩИН

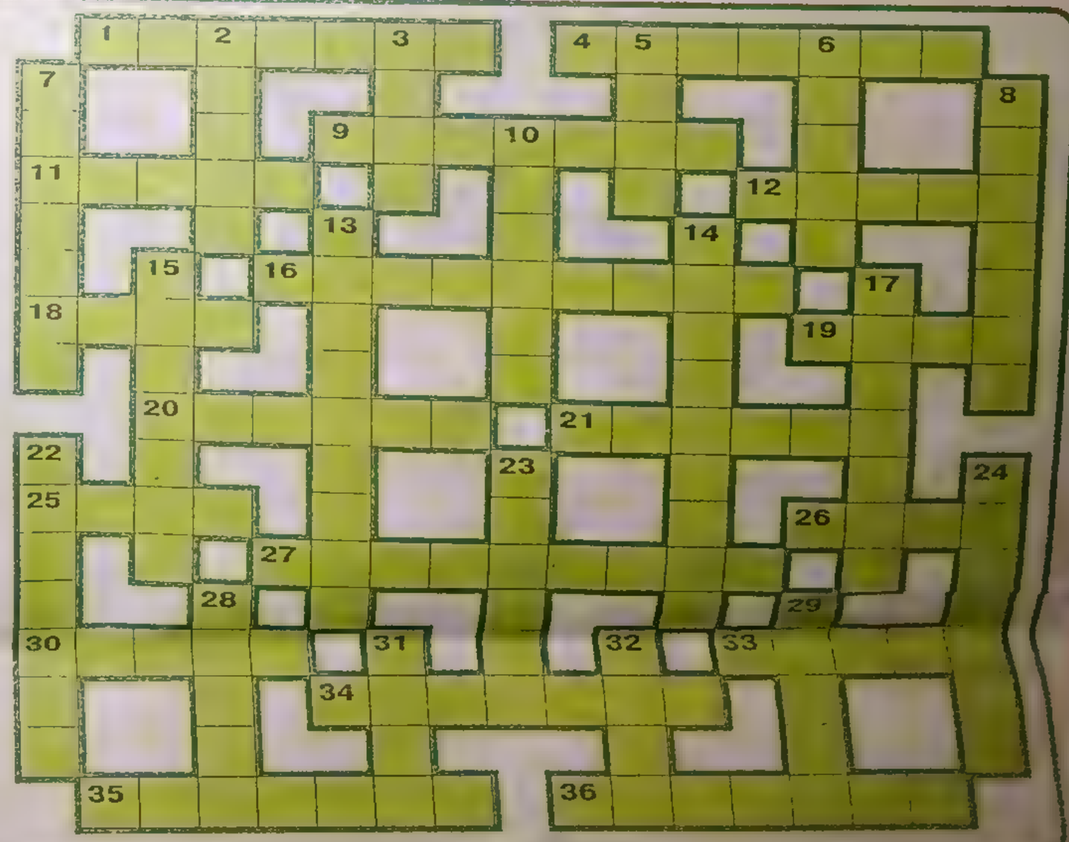
По горизонтали. 1. Милая, симпатичная девушка (разг.). **4.** Мука из поджаренного очищенного овса. **9.** Моллюск, которого часто съедают заживо. **11.** Дробленая крупа. **12.** Время, канувшее в Лету. **16.** Набор средств для "перелицовки" женских лиц. **18.** Планета, находящаяся между Землей и Юпитером. **19.** Он заразителен, так же как и зевота, считал Генрих Гейне. **20.** Молочный продукт, в котором "прячется" йог. **21.** Мужчина в масштабе 1:3. **25.** И рыба, и город в Липецкой области. **26.** И товарный, и вопросительный, и водяной. **27.** Прибор для любования инфузориями. **30.** Легкое ухаживание. **33.** Автомобиль со счетчиком. **34.** Вещество, добавляемое в газ или воздух для придания ему характерного запаха. **35.** Дырка в кармане. **36.** Ягоды, забродившие в бутыли.

По вертикали. 2. Деталь швейной машинки. **3.** "... - девичья краса" (поговорка). **5.** Пассия барана. **6.** Вклад кобылы в кисломолочный ассортимент. **7.** Истина, на которую не хватило доказательств. **8.** С какого растения пчелы собирают "красный" мед? **10.** Кулинарное предписание. **13.** Памперс советского младенца. **14.** Музыкальный инструмент с черно-белыми клавишами и кнопочками. **15.** Куриный молодняк на мясо. **17.** Вечерний черный пиджак с обшитыми шелком лацканами. **22.** "Вертушка" как средство связи. **23.** Шевелюрная межа. **24.** Карточная игра с пиковой дамой в главной роли. **28.** Муза любовной поэзии. **29.** Замок, к которому нужно подбирать не отмычку, а таран. **31.** Затяжка воздухом. **32.** Имя поэтессы Ахматовой.

ДЛЯ МУЖЧИН

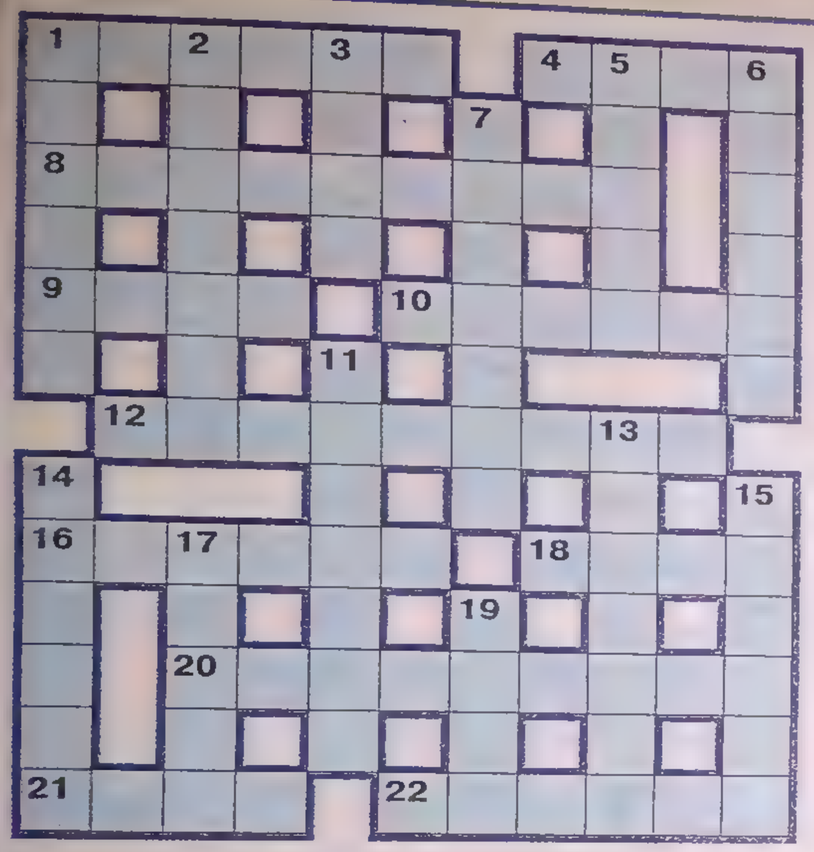
По горизонтали. 1. Хвост, где ищут крайнего. **4.** Ременное кольцо с застежкой, надеваемое на шею животного. **9.** Детектив с "яблочной" фамилией. **11.** Корм для лошадей, скота, птицы. **12.** Охотник за стульями в рясе. **16.** Процесс карманной чистки. **18.** Библейский изменник. **19.** "Ценное" пре-пирательство на рынке. **20.** Все, что стреля-ет снарядами. **21.** Хозяин "Быстроупака" из ...мана "Двенадцать стульев". **25.** Урытый и ...рытый пиратами. **26.** Небогоугодный по-ступок. **27.** Охотник на зайцев в трамвае. **30.** Птица Феникс перед воскресением. **33.** Разогрев докрасна. **34.** Шестикрылый ангел-мутант. **35.** "Строптивое" приспособление для мягкой посадки. **36.** Оптимизм, как у Т. Мора.

По вертикали. 2. Первый арктический ледокол. **3.** "Колхозница" на бахче, но не баба в поле. **5.** Пушистый песик из Германии. **6.** Деликатная просьба, обращенная к умному человеку. **7.** Ненормальное состояние приподнятого настроения. **8.** Колонна, повернутая на 90 градусов. **10.** Пенки общества. **13.** Низший чин городской полицейской стражи в России. **14.** Астролог в прошлом. **15.** Юрист из "Бандитского Петербурга". **17.** Тара для письмеца. **22.** Смычковый музыкальный инструмент. **23.** "Пуганая ... и куста боится" (поговорка). **24.** Улыбка, на которую хочется ответить оплеухой. **28.** Повышенный голос певца. **29.** Деньги, которые даже не снятся интеллигенту. **31.** Брошюра со списком вкусностей. **32.** Ловкое обманное движение в игровых ситуациях.



...ок. 27. Охотник на зайцев в трамвае. 30. Птица Феникс перед воскресением. 33. Разогрев докрасна. 34. Шестикрылый ангел-мутант. 35. "Строптивое" приспособ-

...ухой. 28. Повышенный голос певца. 29. Деньги, которые даже не снятся интеллигенту. 31. Брошюра со списком вкусностей. 32. Ловкое обманное движение в игровых ситуациях.



ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Водитель спортивного авто. **4.** Место, где бутерброды жуют "вприсядку". **8.** Колосится на дне морском. **9.** "Крыша" бременских музыкантов. **10.** У рыбака - улов, у охотника - ... . **12.** Прозрачный искусственно ограненный алмаз. **16.** Гусь, похожий на жирафа. **18.** "Велосипед" на носу. **20.** Приход на чуть позже. **21.** Башня с сигнальными огнями на берегу моря. **22.** Лающий друг человека.

По вертикали. 1. Заводь, где корабли на постое. **2.** Дефицит первокурсников. **3.** Пиликанье на скрипке. **5.** Горы, давшие название "неумным" спортсменам. **6.** Киножурнал детских приколов. **7.** Наука о том, каким могло бы быть прошлое. **11.** Автор музыки к мультфильму "Пластилиновая ворона". **13.** Внутреннее содержание конфеты. **14.** В нем хранят фотографии. **15.** Сигнал "скорой помощи". **17.** В старину: металлическая одежда воина, защищающая туловище. **19.** Старинный орудийный снаряд.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)915-44-51
КРАСНОДАР И КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ
(8612)35-05-02

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 47

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. 1. Родня. 3. Тон. 5. Гайка. 7. Лицей. 8. Чтиво. 10. Ночь. 11. Петля. 12. Орел. 15. Эмоция. 16. Курзал. 18. Анчоус. 20. Глоток. 24. Мышь. 25. Канва. 26. Клюв. 30. Алмаз. 31. Рыжик. 32. Амбар. 33. Лев. 34. Камея.

По вертикали. 1. Разин. 2. Яйцо. 3. Таймер. 4. Начало. 5. Грим. 6. Ангел. 7. Лучко. 9. Образ. 13. Минус. 14. Рубль. 15. Эра. 17. Лак. 19. Чашка. 21. Тальк. 22. Камзол. 23. Зверев. 24. Мечта. 27. Время. 28. Омар. 29. Ежик.

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 1. Виски. 3. Сэр. 5. Шоссе. 7. "Альфа". 8. Молот. 10. Ржев. 11. Окунь. 12. Ложа. 15. Свалка. 16. Сафари. 18. Нокаут. 20. Бистро. 24. Кокс. 25. Вакат. 26. Езда. 30. Самец. 31. Беляк. 32. Музей. 33. Рак. 34. Отказ.

По вертикали. 1. Ветер. 2. Илья. 3. Сказка. 4. Ремонт. 5. Шелк. 6. Егоза. 7. Арена. 9. Тропа. 13. Уксус. 14. "Уазик". 15. Сон. 17. Идо. 19. Кокос. 21. Тазик. 22. Карцер. 23. Бамбук. 24. Калым. 27. Акциз. 28. Змий. 29. Клио.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Ледник. 4. Эпилог. 7. Вода. 8. Депо. 9. Танец. 12. Арбуз. 13. Борис. 14. Гусля. 15. Совок. 20. Месяц. 22. Алло. 23. Улей. 24. Лекарь. 25. Кабина.

По вертикали. 1. Лавина. 2. Дядя. 3. Китай. 4. Эстет. 5. Лжец. 6. Глобус. 10. Дупло. 11. Топот. 14. Геракл. 16. Кройка. 17. Верфь. 18. Мячик. 19. Блок. 21. Элли.

Рисунок Виктора ФЕДОРОВА.

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ксении ДИСТЕРОВОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Александра СТРЕЛЬНИКОВА, Николая КАРДАКОВА, Анны ЯНИНОЙ.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком (К), печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает. Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г. Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65. E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 184800 экз. Заказ № 1
Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 10.12.2004 г. в 19.00.
Подписано в печать 10.12.2004 г. в 17.00.

ДРУГ ДОМА

№8/312
2004
Февраль

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Выходит четыре раза в месяц

ВСЯ ПРАВДА О ЙОГУРТЕ

Он ворвался в нашу жизнь неожиданно, резко, навсегда, и теперь зарубежный продукт питания стал элементом повседневного рациона. Кто же он на самом деле этот "мистер икс"?

Экзотический иностранец, как это уже не раз бывало, в действительности оказался нашим земляком, более известным, правда, под другим, тюркским, названием - катык. Справедливости ради йогурт с живыми бактериями именно так следовало бы и называть. Объясню, почему.

Недавно специалисты Петербургского центра независимой потребительской экспертизы провели сравнительные испытания 24 сортов йогурта. Для исследования взяли йогурты, изготовленные в России, Германии, Финляндии, Эстонии и Франции.

Выяснилось, что настоящими "живыми" йогуртами, которые рекомендуют употреблять с лечебной целью при таких [illegible] холецистит, детская [illegible] туберкулез, фурункулез, [illegible] являются лишь те, [illegible] хранить от 72 часов до [illegible] строгий температур[illegible] 2-4 градуса. И уж в крайтщательно и равномерно размешивается, после чего посуда (эмалированная, стеклянная, но не металлическая) закрывается блюдцем, тщательно закутывается во что-нибудь теплое (причем в это время надо стараться ее не встряхнуть) и ставится в теплой комнате на 8-10 часов. Затем выносится в прохладное помещение для уплотнения сгустка и предотвращения перекисания.

Читайте в номере

Мужские уловки - стр. 3

Обновки для крошки из взрослой одежки - стр. 6

Как сделать мартеничку - стр. 7

Постные блюда - стр. 8-9

Психотехника защиты от рака - стр. 11

Новый конкурс для детей "Сказочная страна" - стр. 12

Бонсаи растут под ногами - стр. 13

Выяснилось, что настоящими "живыми" йогуртами, которые рекомендуют употреблять с лечебной целью при таких заболеваниях, как холецистит, детская грудная астма, туберкулез, фурункулез, желудочно-кишечные, являются лишь те, которые можно хранить от 72 часов до 30 суток, соблюдая строгий температурный режим: + 2-4 градуса. И уж в крайнем случае не выше + 6.

Йогурты длительного срока хранения, строго говоря, таковыми не являются, так как процесс консервации продукта существенно уменьшает количество целебных молочнокислых бактерий и превращает его в обыкновенный десерт. Таким образом, йогурт с длительным сроком хранения можно есть просто для удовольствия.

А что касается пользы для здоровья, то лучше всего изготовить его самим. Мне как раз удалось обнаружить старинный рецепт.

Для приготовления этого напитка в домашних условиях сначала получают так называемое густое молоко. Кастрюлю с обычным молоком ставят на очень слабый огонь на 3-4 часа без крышки. Снимают, когда оно убавится примерно на треть и приобретет необычный для молока вкус.

Для успеха дела особой должна быть и кастрюля - из тонкого алюминия, обязательно низкая и широкая. Ничего другого, кроме молочного, в ней готовить нельзя.

Для равномерного закисания вытопленное молоко следует процедить. При этом на марле останется упругий резинистый сгусток сладковатого вкуса.

Закваской катыка служит катык предыдущего дня из расчета 100 граммов на литр молока. Предварительно закваска хорошо размешивается в отдельной посуде, затем вливается в теплое молоко, встряхнуть) и ставится в теплой комнате на 8-10 часов. Затем выносится в прохладное помещение для уплотнения сгустка и предотвращения перекисания.

Откуда взять первый катык? Есть несколько рецептов, приведу самый простой.

В подготовленное "густое молоко" вливается обыкновенная сметана (100-150 граммов на литр), предварительно хорошо размешанная, и столовая ложка рассола кислой капусты. Полученный катык может служить источником первоначальной закваски.

Запомните, настоящий катык получится не сразу и даже не на другой день, а лишь после того, как неоднократно будет произведена закваска "густого молока", но уже не сметаной, а этим же катыком. Так создастся культура болгарской палочки, которую теперь надо поддерживать непрерывно каждый день, заквашивая новый катык старым. Лишь спустя месяц-другой возникнет настоящий вкус катыка.

Почти все народы, в национальную кухню которых входит этот замечательный напиток, во время заквашивания кладут небольшой кусочек свеклы, чтобы придать ему красивый розовый оттенок. Иногда для подкраски используют вишню, чернику, смородину и другие ягоды с насыщенным сильно красящим соком

Этот прием, на протяжении веков используемый в народной кухне лишь для красоты, дал идею пищевой промышленности европейских стран от Англии до Финляндии, а затем - и Америки выпускать катык с различными добавками ягодно-фруктовых соков и пюре уже не только для красоты, а для изменения и дополнения его вкуса. В конечном счете - для расширения ассортимента обогащенных витаминами изделий. Этот-то катык и получил ныне название йогурта.

Для его получения во время закваски кладут фруктовое или ягодное пюре, можно несколько ягод из расчета: на каждый стакан по одной ягоде или по чайной ложке пюре. Обычно используют пюре яблок, смородины, клубники, сливы, вишни, сок малины и ежевики.

По такому же рецепту, только без фруктово-ягодных добавок, готовится сузьма - нечто среднее между сметаной, творогом и маслом. Но для этого нужно катык заквашивать ежедневно в течение одного-двух месяцев, а затем процедить. Сузьму кладут в борщи, намазывают на хлеб, из нее готовят сырники и ватрушки.

Кроме того, сузьма удобна для длительного хранения и изготовления различных молочных блюд. Например, она легко превращается в сметану или молоко, если ее развести кипяченой водой до нужной консистенции. Взбитая венчиком сузьма становится сливочным маслом. Подогрев ее на водяной бане, вы получите отличный творог. 100 граммов сузьмы, разведенной в литре холодной кипяченой воды или минералки, и есть знаменитый восточный напиток - айран.

Олег ЛЮБИН.

Для детей "Сказочная страна" - стр. 12

Бонсаи растут под ногами - стр. 13

И НИКАКОЙ ПЕРХОТИ

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **600 рублей** каждому.

По итогам конкурсов в "Друге дома" №7 приз за рецепты лакомых блинков получает **Юлия Ивановна СМЫК** из г. Мариинск Кемеровской области. А **Ольга Николаевна КАРНАЕВА** из г. Арзамас Нижегородской области получает приз за то, что поделилась народными средствами борьбы с перхотью.

Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

НА КУХНЕ

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "На кухне".

В этом выпуске мы поделимся рецептами вкусных и полезных постных блюд, секретами приготовления необычных каш, блюд из рыбы, сладостей.

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции. Вы можете оформить подписку на сборник "На кухне".

Наш подписной индекс - 15933 в Объединенном каталоге "Пресса России", т. I, стр. 97.

ПРИГЛАСИ "ДРУГА" ДОМОЙ

Нуждаетесь в надежном совете хорошего друга? Так пригласите его домой!

Между тем купить "Друг дома" у распространителей становится все труднее. Поэтому лучший выход - пойти на почту, найти в I томе на 113-й странице Объединенного каталога "Пресса России" (он зеленого цвета) наш индекс - 34199 и оформить подписку на "Друга дома". Сделать это можно с любого месяца.

МАЛЕНЬКИЙ НЕПОСЕДА

Как приучить ребенка к усидчивости?

Марина БУРЦЕВА.
Челябинск.

Действительно, неспособность ребенка сконцентрировать свое внимание и длительное время поддерживать интерес к какой-либо деятельности требует серьезного внимания как со стороны родителей, так и со стороны педагогов и воспитателей. Современные условия жизни, особенности воспитания и образования предъявляют порой малышам непосильные, трудновыполнимые требования. Для успешного освоения новых знаний и формирования личности ребенка необходимо активное развитие таких психических качеств, как память, внимание, воля, способность ответственно подойти к выполнению задания, дисциплинированность и собранность. Все это в значительной степени достигается длительными занятиями, требующими от ребенка усидчивости, концентрации внимания, серьезного отношения к порученному делу.

Обычно вопрос об усидчивости возникает в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте, когда на ребенка ложится груз ответственности за выполнение домашних заданий, необходимость сделать работу качественно и к определенному сроку. Именно в этот ответственный период жизни каждого ребенка многие родители понимают важность проблемы приучения детей серьезно и увлеченно относиться к своим обязанностям. Перед взрослыми встает задача помочь малышу правильно организовать свое время, чтобы большие учебные нагрузки не нарушали его психику и не подрывали физическое здоровье.

Из опыта работы с детьми могу с уверенностью сказать, что усидчивость ребенка в значительной степени зависит от состояния его нервной системы. Дети с неврозами, неустойчивой психикой, отклонениями в физическом и психическом развитии испытывают трудности в обучении, общении, отличаются неадекватностью поведения, остро реагируют на изменения своего окружения и резкую смену событий, не выносят повышенных требований, грубого обращения и суровых наказаний. Стремление родителей заставить ребенка упорно заниматься, хорошо учиться и неукоснительно соблюдать дисциплину не приносит положительных результатов, если взрослые не учитывают особенности характера своего малыша и состояние его нервной системы. Непреклонность родителей в вопросах воспитания, грубое подавление воли ребенка могут привести к серьезным нарушениям психического и физического здоровья, а также провоцируют развитие конфликтных отношений между родителями и детьми, что в дальнейшем значительно затрудняет общение, доверие и дружбу.

Приобщение ребенка к усидчивости следует начинать с организации и обустройства рабочего места малыша. Поставьте стол, за которым выполняются домашние задания, так, чтобы ничто не отвлекало ребенка от основных занятий. То есть перед его глазами должна находиться стена, желательно оклеенная обоями без рисунка. При этом необходимо, чтобы рабочее место было хорошо освещено, так как недостаточность освещенности быстро утомляет ребенка и снижает способность к концентрации внимания.

На начальных этапах обучения помогайте ребенку выполнять домашние задания, если он испытывает трудности. Это не означает, что вы должны сидеть рядом с малышом все время и делать за него сложную работу. Просто контролируйте правильность выполнения домашних заданий и только при необходимости оказывайте помощь.

Если вы заметили, что ребенок начинает уставать, не ждите, когда его терпение иссякнет и он начнет нервничать и капризничать. Позвольте малышу сделать небольшой перерыв - пусть он немного разомнется, подвигается, выполнит какую-либо вашу просьбу: принесет что-то, поможет убрать со стола, соберет игрушки и т.д. Затем снова усадите ребенка за уроки. Чередуйте физические и умственные нагрузки как можно чаще.

В этом возрасте дети любят игры или другие занятия со строгими правилами, которые требуют аккуратности и определенного порядка. Используйте эту особенность и введите некоторые доступные по своему исполнению правила. Например, поставьте перед ребенком задачу выполнить урок к определенному времени. Разделите домашнее задание на несколько частей и предложите малышу сделать необходимую работу в определенные временные отрезки, между которыми предусмотрены перерывы, четко определенные по времени и согласованные с ребенком. Стремитесь к тому, чтобы установленный порядок выполнялся как можно лучше, с большим желанием и ответственностью.

Если ребенок не справляется с вашими требованиями, не ругайте его. Постепенно он привыкнет к новым условиям, научится контролировать себя и распределять свое время правильно.

Чаще хвалите своего малыша даже за маленькие достижения, тогда он будет сам стремиться качественно и быстро выполнять домашнее задание и научится находить радость и удовольствие в соблюдении определенных правил и режима. Постепенно у ребенка сформируются стабильные привычки, которые значительно облегчат ему процесс обучения в дальнейшем, правильно сформируют его личность.

Проявляйте интерес к увлечениям ребенка, подробно расспрашивайте о его делах, обсуждайте назревшие проблемы, совместно решайте трудные жизненные вопросы. Поддерживайте с малышом постоянный дружеский контакт.

Очень хороший способ заставить ребенка успевать делать все необходимые дела - это научить его грамотно составлять список заданий. Пусть он сам определит важность и приоритет того или иного дела и по мере выполнения задания вычеркивает его из своего списка. Осознание того, что дело доведено до конца, повышает самооценку ребенка, делает его значимым в кругу своей семьи и в среде сверстников.

Следите за тем, какие телевизионные передачи смотрит малыш, как долго он проводит время за компьютером, а при необходимости, если это наносит вред развитию ребенка, ограничьте подобное времяпрепровождение.

Создайте в доме спокойную обстановку, чтобы ничто не отвлекало ребенка в момент занятий. Дайте отдохнуть малышу после школы часа два, а если он нуждается в дневном сне, обеспечьте ему такую возможность. Не забывайте о важности прогулок на свежем воздухе, соблюдении гигиенических процедур, здорового и крепкого ночного сна.

Людмила АНДРЕЕВА,
педагог-психолог.

...ть работу качественно и к определенному сроку. Именно

...ности характера своего малыша и состояние его нервной системы. Непреклонность родителей

капризничать. Позвольте малышу сделать небольшой перерыв - пусть он немного разом-

научится находить радость и удовольствие в соблюдении определенных правил и режи-

...крепкого почтового ...

Людмила АНДРЕЕВА,
педагог-психолог.

ВНИМАНИЕ: КОНКУРС

Продолжаем публиковать фотографии, присланные на конкурс.

Внуки - двойняшки Савелий и Георгий. Прислала Валентина ЮРЧАК. г. Прокопьевск Кемеровской области.

Веселая Маша. Прислала Людмила БОЯРСКАЯ. г. Рубцовск Алтайского края.

С Антоном на шее. Прислала Галина КУДРЯШОВА. д. Сухая Речка Красноярского края.

Летние качели. Прислала Татьяна ХОРОШЕВСКАЯ. г. Миллерово Ростовской области.

НАРОДНОЕ РАДИО
СВ 612 кГц
С 7.00 до 19.00
ДЛЯ ВСЕХ И ДЛЯ КАЖДОГО
www.narodinfo.ru
E-mail: narodinfo@km.ru

ДЕТСКИЙ МИР

Есть вещи, на которые можно смотреть бесконечно. В их числе детские фотографии, непосредственные, искренние, теплые. Они словно заряжают нас своей энергией, дарят радость.

"Друг дома" объявляет конкурс на самую интересную детскую фотографию "Детский мир". Итоги мы будем подводить ***каждый месяц*** *- выбирать лучшую "фотомодель" января, февраля, марта и так далее. Естественно, победителя каждого месяца ждет приз -* ***500 рублей****.*

Обязательно напишите имя героя или героини вашего фотоснимка, не забудьте указать свой точный адрес, фамилию, имя, отчество. Участвовать в конкурсе можно многократно. Возраст детей не ограничен. Желательно, особенно если снимок сюжетный, снабдить его оригинальной подписью.

Заряжайте ваши фотоаппараты, мамы и папы, дедушки и бабушки, родственники и друзья. Пусть вашего ребенка, которым вы, несомненно, гордитесь, увидят все!

МУЖСКИЕ УЛОВКИ

Увы, но факт: мы, женщины, способны порой с головой уйти в свои девичьи грезы и видеть в мужчинах лишь то, что хотим видеть. Каждая из нас не раз наступала на одни и те же грабли. А между тем мужские уловки стары как мир и не отличаются разнообразием, и все же давайте вспомним о них.

"Я СЛИШКОМ ЗАНЯТ"

- Мы познакомились с Владимиром на отдыхе, - рассказывает Юля, - две недели пролетели как один день, настолько все было чудесно. Я была просто уверена, что мы с Володей чудесная пара. Он вел себя со мной так, словно у нас впереди большое светлое будущее. О нем, кстати, мы долго и с интересом говорили, строили совместные планы. Володя даже интересовался, кого бы я хотела - сына или дочку, и уговаривал меня иметь как минимум двоих детей.

Когда я вернулась домой, я тут же растрезвонила и маме, и подругам, что скоро выйду замуж. Но прошло несколько

кой ситуации, сами понимаете, это просто подло. И я его в общем-то понимала. Мы встречались, все в наших отношениях было прекрасно. И если честно, в глубине души я все-таки лелеяла мысль, что у нас с ним есть будущее и все-таки мы будем вместе, нужно просто подождать. Но однажды...

Однажды мы с приятельницей решили сходить в театр. И совершенно случайно я вдруг увидела среди зрителей знакомое лицо. Это был Олег, а рядом с ним была беременная женщина. У нее был весьма ухоженный и цветущий вид, а Олег обращался с ней весьма нежно и заботливо, в его глазах просто светилась любовь! И все-таки я

моих мыслях и чувствах, он много и с удовольствием говорил со мной о любви, осыпал меня комплиментами, называл "богиней", и это было очень приятно. А как-то я сказала ему, что мне бы хотелось купить машину, да вот денег пока не хватает. На что он тут же ответил, что к моему дню рождения он подарит мне "Пежо". И активно интересовался - какой цвет мне по душе? А еще он обещал мне подарить новый мобильный телефон, свозить на отдых. И я ему верила и ждала... ждала... ждала... Но прошел мой день рождения (милый как назло именно в это время уехал к больной маме), а потом и другие праздники. И я не получила

дней, а от него почему-то не было ни одного звонка. Я забеспокоилась - а вдруг он потерял мой телефон?

Позвонила ему, но его мама ответила, что с ним все в порядке, в данный момент он на работе, но она обязательно ему передаст, что я звонила. И я еще раз продиктовала свой телефон. В этот вечер я практически не отходила от телефона, но... он не позвонил. Тогда, забеспокоившись, я набрала его номер. Он сказал, что очень рад, но он просто закрутился, много дел, проблем. Но скоро он с ними разберется и перезвонит мне. Но... прошел день, потом второй, а он так и не объявился.

Кто из нас хоть раз не попадался в эту ловушку: "...сейчас занят, вот раз-

решила проверить. Мы с подругой незаметно подошли к ним во время перерыва, и я своими ушами услышала, как дамочка сказала Олегу: "Дорогой, моя мамочка приглашает нас к себе на дачу, говорит, что ей без помощи зятя не обойтись. Давай в эти выходные?" Я испытала просто шоковое состояние - зачем Олег врал мне, ведь у него с женой все в по-

СИМУЛЯНТЫ ПОНЕВОЛЕ

Я иногда изображаю оргазм, чтобы не расстраивать свою партнершу. Не вредно ли это?

А. Саратов.

Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

Вы не одиноки - более 40 процентов мужчин время от времени симулируют оргазм. Казалось бы, зачем это нужно, да и вообще - зачем мужчине заниматься любовью, если это его не настолько возбуждает, чтобы он дошел до оргазма? На самом деле в этом такой же смысл, как и в женской симуляции оргазма: мы пытаемся замкнуть круг общения с партнером.

Женщина чаще всего изображает оргазм, чтобы у мужчины не осталось чувства сексуальной несостоятельности. Точно так же и мужчина проявляет заботу о женщине. Ведь редко кто из женщин, чей партнер никак не может достичь эякуляции при прекрасной эрекции, будет винить его. Скорее, она сочтет, что мужчина не считает ее привлекательной, что она недостаточно возбуждает его. Но, кроме того, для большинства мужчин именно оргазм и есть конечная цель полового акта. А если оргазма не было, значит, падает ощущение собственной мужской привлекательности, нормальности, силы. Вот и приходится по системе Станиславского вжиться в роль суперпотентно-

давая сигнал к окончанию этого марафона.

Еще одна причина симуляции - желание партнерши. Если она, чувствуя приближение семяизвержения, просит о продолжении, а мужчина сдержит свой оргазм и раз, и другой, может произойти так, что, когда она уже хотела бы окончания, он не сможет это сделать. В подобной ситуации мужчина как бы "проскакивает" поворот от возбуждения к оргазму. Теперь он может думать о чем угодно, совершать привычные фрикции с хорошей эрекцией, но достичь оргазма ему уже невозможно - он остался позади и сбоку.

Что делать в такой ситуации? Не стесняйтесь сказать, что не можете возбудиться сильнее. Прервитесь на пару минут, а потом начните сначала. Если же возбуждение не нарастает, заканчивайте сношение и займитесь ласками.

Особенно это относится к пожилым мужчинам. Рассказы о "сладкой смерти" во время близости не всегда выдумка. Обычно организм сигналит своему хозяину о приближении к рубежу, за которым наступает опасность для жизни. Эрекция

...сказал, что очень рад, но он просто закрутился, много дел, проблем. Но скоро он с ними разберется и перезвонит мне. Но... прошел месяц, потом второй, а он так и не объявился.

Кто из нас хоть раз не попадался в эту ловушку: "Я так сейчас занят, вот разберусь с делами и..." К сожалению, мужчинам иногда свойственно такое поведение. Мало кто из них способен прямо сказать: "Извини, я больше не хочу с тобой встречаться". На самом деле, это элементарная трусость плюс отсутствие характера. Что уже характеризует вашего возлюбленного отнюдь не лестно. Если вы периодически натыкаетесь на "занятость", на "потерял твой телефон", "заболела мама" или что-то подобное - лучше сразу сделать правильный вывод: здесь у меня ничего не получится. Когда вы действительно нужны мужчине, у него всегда находится время. Так что не стоит тешить себя иллюзиями.

"МОЯ ЖЕНА ТЯЖЕЛО БОЛЬНА"

- Мы с Олегом, - рассказывает Татьяна, - познакомились весьма банальным образом. Я ловила машину, чтобы успеть на работу, он подвез, не взял денег, а взял телефон. Конечно, в тот же вечер он позвонил и я с радостью побежала на свидание. Что скрывать, он мне сразу понравился - умный, ироничный, веселый. Все было бы отлично, но в наших отношениях было одно препятствие - Олег был женат. О чем он честно рассказал мне буквально в первую встречу. Он также поведал мне, что их как мужчину и женщину давно ничего не связывает и он давно бы расстался с ней, но дело в том, что она тяжело больна. У нее какая-то редкая и тяжелая болезнь, которая в принципе практически неизлечима. Она не в состоянии работать, ей даже тяжело выходить на улицу... А бросить женщину в та-

рит, что ей без помощи зятя не обойтись. Давай в эти выходные?" Я испытала просто шоковое состояние - зачем Олег врал мне, ведь у него с женой все в порядке?!

Дело в том, что многие мужчины врут в подобных ситуациях. У одних - это жена, прикованная к инвалидной коляске, у другого - нет возможности развестись из-за ребенка, пока он не закончит школу (институт). Иначе это плохо скажется на детской психике. Но зато потом, через пять лет... Эдаких "семейных причин" может быть тысячи. Но на самом деле в реальности все обстоит по-другому. Скорее всего, у этого мужчины вполне нормальная семья, которую он вовсе не хочет разрушать. А вы ему по каким-то причинам выгодны и удобны. На самом деле вы для него, увы, своеобразная девочка по вызову, которая вполне вписывается в его ситуацию наиболее удобным для него образом. Как правило, эти отношения заканчиваются вашим разочарованием, упущенными годами и возможностями создать семью. Не тратьте время зря. Лучше поискать вполне реальных кандидатов.

"У МЕНЯ ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ"

- Сергей - совершенно замечательный парень, - рассказывает Юлия. - Он очаровал меня с первой нашей встречи своей щедростью и заботой обо мне. К примеру, когда я простудилась, тут же примчался ко мне домой и ухаживал за мной, как родная мать. Он всегда спрашивал меня о моих делах, о

ни одного подарка. Конечно, было обидно. Я решила его проверить и опять как бы невзначай заговорила о машине и услышала в ответ, что у него сейчас "временные трудности", но скоро они закончатся и вот тогда... Моя подруга сказала про Сергея, что он просто врун и жадина, а никакой не романтик. И ехидно добавила, что, мол, погоди, он еще скоро у тебя начнет занимать, это просто тип такой. Неужели это правда?!

Скорее всего, Юлина подруга права. Такие люди хоть и умеют демонстрировать "красивые чувства", но в реальной жизни абсолютно ненадежны. Они могут долго рассуждать о красивом будущем и обещать звезду с неба. Но в реальности в лучшем случае вы дождетесь от них лишь шоколадки. Кроме того, они действительно норовят сесть на шею тому человеку, с которым живут вместе. И у них всегда найдутся тысячи причин для оправдания своих "временных трудностей". Если у вас происходит нечто подобное в отношениях с мужчиной и что-то вас настораживает - лучше с этим человеком расстаться.

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.

чина не считает ее привлекательной, что она недостаточно возбуждает его. Но, кроме того, для большинства мужчин именно оргазм и есть конечная цель полового акта. А если оргазма не было, значит, падает ощущение собственной мужской привлекательности, нормальности, силы. Вот и приходится по системе Станиславского вживаться в роль суперпотентного мужчины.

Так что изобразить оргазм мужчина вполне может, но вот вопрос: стоит ли? Или лучше разобраться в причинах и искоренить их?

Самая распространенная причина отсутствия семяизвержения и оргазма - отвлекающие факторы. Например, мужчина никак не отойдет от рабочих забот и потому не может возбудиться достаточно, чтобы просто эрекция закончилась семяизвержением. Или женщина ведет себя непривычно (а тем более новая женщина). Или выпито слишком много (реже - слишком мало). Или приболел чем-нибудь вроде гриппа, а потому не слишком расположен к сексу. Одним словом, у сравнительно молодых мужчин симуляция оргазма бывает вынужденной, если возбуждение достаточно лишь для появления эрекции, но не более. А это явное проявление неполной вовлеченности мужчины в процесс интимного общения.

У пожилых мужчин затягивание или отсутствие оргазма (и как следствие - симуляция оргазма) бывает связано с другими возрастными механизмами. После климакса (то есть после 55-60 лет), когда уровень половых гормонов резко снижен, меняются многие физиологические процессы в организме. Возбуждение нарастает медленно, и даже те мужчины, которые раньше страдали от ускоренного семяизвержения, теперь порой не могут добиться оргазма по 40-60 минут. Чтобы не утомляться вконец, они вынуждены симулировать оргазм, как бы

минут, а потом начните сначала. Если же возбуждение не нарастает, заканчивайте сношение и займитесь ласками.

Особенно это относится к пожилым мужчинам. Рассказы о "сладкой смерти" во время близости не всегда выдумка. Обычно организм сигналит своему хозяину о приближении к рубежу, за которым наступает опасность для жизни. Эрекция падает, возбуждение снижается, и мужчина начинает разочарованно думать о своей "несостоятельности", не подозревая, какой опасности только что избежал.

Но если мужчина находится под действием каких-то препаратов, стимулирующих желание и эрекцию, если он во что бы то ни стало хочет доказать (то ли женщине, то ли себе), что его потенция ого-го, то он может и не обратить внимания на сигналы тела. Тогда риск нарушения здоровья резко возрастает.

А зачем доказывать? Для пожилого мужчины оптимальна техника интимных контактов, при которых он имеет одно семяизвержение на 2-4 сношения. Это позволяет регулировать длительность акта, а также участить ритм близости: то, что не закончено сегодня, можно продолжить завтра.

Так что можно сказать, что симуляция оргазма как у мужчины, так и у женщины - всегда проявление непонимания потребности друг друга. Ищите общий язык - это даст больше удовольствия, чем притворство - даже из лучших побуждений.

ТОЛСТЯКИ - ХУДЫШКИ

Конкурс на лучшую диету, гимнастику, рассказ, как вы пытались похудеть или поправиться и что из этого вышло, объявленный "Другом дома", близится к завершению. Но еще не поздно принять в нем участие и стать одним из 10 призеров, которым достанется книга Ольги Зайкиной "Толстяки - худышки". Напоминаем, что письма на конкурс принимаются до 1 марта. А сегодня мы предоставляем слово нескольким его участникам.

НА ЗАВТРАК - ТОЛЬКО ЧЕРНЫЙ КОФЕ

После вторых родов я сильно поправилась, долго кормила ребенка грудью - все это способствовало увеличению моего веса. И вот я решила попробовать диету. В итоге сбросила 8 кг, почувствовала необычайную легкость, у меня вновь стали красивые ногти и волосы.

Условия: в течение 13 дней нельзя употреблять: соль, сахар, мучное и конфеты, между приемами пищи следует пить только минеральную воду и обязательно соблюдать установленную последовательность приема пищи.

1-й и 8-й день.

Завтрак - черный кофе.

Обед - 2 яйца вкрутую, салат из свежей капусты с растительным маслом, стакан томатного сока или 2 помидорки.

Ужин - рыба отварная, салат капустный.

2-й и 9-й день:

Завтрак - черный кофе с сухариком.

Обед - рыба жареная, капустный салат.

Ужин - 200 г вареной говядины, стакан кефира.

3-й и 10-й день:

Завтрак - черный кофе с сухариком.

Обед - большая вареная свекла с растительным маслом, яблоки и мандарины.

Ужин - 2 яйца вкрутую, 200 г вареной говядины, стакан кефира, салат из капусты.

4-й и 11-й день:

Завтрак - чашка кофе.

Обед - яйцо вкрутую, 3 большие вареные морковки с растительным маслом.

Ужин - 100 г твердого сыра, фрукты.

5-й и 12-й день:

Завтрак - сырая тертая морковь с соком лимона.

Обед - 500 г жареной рыбы, стакан томатного сока.

Ужин - рыба отварная, салат из капусты.

6-й и 13-й день:

Завтрак - черный кофе.

Обед - половина вареной курицы, салат из капусты с морковью.

Ужин - нет.

7-й день:

Завтрак - чай.

Обед - 200 г вареной говядины, фрукты.

Ужин - любой ужин из диеты кроме 3-го дня.

Елена ПЕРЕВАЛОВА.
г. Луза
Кировской области.

УПРАЖНЕНИЯ И УКСУС

Я решила поделиться с читателями "Друга дома" своим опытом, как мне удалось похудеть на 15 кг.

Во-первых, в течение целого месяца я пила яблочный уксус (чайная ложка на стакан воды перед каждым приемом пищи). А во-вторых, делала гимнастику.

Упражнение для брюшного пресса. Лягте на спину, вытянув руки над головой. Теперь постарайтесь сесть, стараясь коснуться вытянутыми руками пальцев ног. Вернитесь в исходное положение. Повторите 10 раз.

Упражнения для талии и бедер. Встаньте на колени. Отставьте левую ногу в сторону, левую руку ладонью вверх положите рядом с коленом, правую руку поднимите над головой. Сделайте наклон в левую сторону, стараясь максимально приблизить обе руки друг к другу. Проделайте то же самое упражнение, но уже в другую сторону. Повторите по 5 раз в каждую сторону.

Встаньте, широко расставив ноги. Возьмите в руки толстую книгу и совершайте поворот туловища сначала вправо, затем влево. Повторите по 5 раз в каждую сторону.

Упражнение для бедер. Встаньте на колени, руки вытянуты вперед. Не помогая себе руками, сядьте влево, встаньте и сядьте вправо. Повторите 10 раз.

Упражнение для мышц живота. Лягте на спину, руки вытяните вдоль тела. Медленно поднимите ноги под небольшим углом и опишите ими полукруг (можно даже над низенькой скамеечкой) сначала справа налево, также медленно опустите ноги, а затем повторите упражнение в другом направлении. Старайтесь, поднимая ноги, делать вдох, а опуская - выдох. Повторите упражнение 10 раз.

Упражнение для всех мышц тела. Оно очень трудное, но очень полезное. Встаньте, спина прямая. Вытяните вперед правую руку и левую ногу. Опишите ими полукруг и, резко отведя назад, вернитесь в исходное положение. И так 5 раз. Затем еще 5 раз повторите упражнение уже с левой рукой и правой ногой.

Эти шесть упражнений, если выполнять их регулярно помогут избавиться от жировых излишеств. Месяц отдохните, а затем снова в течение месяца выполняйте весь комплекс гимнастики. Но уксус пить уже не надо.

Наталья ПРИБЫТКОВА.
г. Бийск Алтайского края.

Сейчас мне 53 года. Сколько себя помню, всю жизнь, начиная с детства, я мечтала похудеть, хотя особо толстой никогда не была. Так, средней комплекции. Но на худых всегда смотрела с завистью.

А ВСЕ ИЗ-ЗА БУЛАВОК!

В 16 лет пришла ко мне первая любовь. Жили мы тогда с мамой вдвоем. И вот вечером, собираясь на свидание, я вставала на стул, а мама булавками прикалывала пояс для чулок к бюстгальтеру. В результате таких манипуляций получался "корсет", в котором я чувствовала себя эдакой "стройняшечкой". Все бы ничего, но однажды мой милый решил меня обнять... да как закричит! Оказалось, одна булавка расстегнулась и пребольно уколола его в грудь. Сейчас забавно вспоминать, а тогда было не до смеха. Попробуй объясни, почему я на свидание вся булавками утыканная пришла.

Затею с "корсетом" пришлось оставить. Но от попыток похудеть не отказалась. Перепробовала все диеты от кефирных до яблочных, пила и слабительные, и мочегонные таблетки. На какое-то время худела, затем снова набирала вес, да еще с прибавкой.

В итоге пришла к выводу, что если уж у человека такая конституция, то и не стоит над собой издеваться. Как говорят: ешь, пока рот свеж, а как завянет, ни на что не потянет. Так что если ваш вес в пределах разумного - то ничего страшного в полноте нет. А худеем мы в основном потому, чтобы нашим мужчинам нравиться. Так вот если женщина интересная, соблазнительная, обаятельная, зажигательная, только дурак уйдет от нее из-за лишних килограммов

Н. ЕЛЕСИНА. г. Бийск Алтайского края.

падались такие

руками пальцев ног. Вернитесь в исходное положение. *Повторите 10 раз.*

Упражнения для талии и бедер. Встаньте на колени. Отставьте левую ногу в сторону, левую руку ладонью вверх положите рядом с коленом, правую руку поднимите и сядьте вправо. Повторите то же самое несколько раз.

Упражнение для мышц живота. *Лягте на спину, руки вытяните вдоль тела.* Медленно поднимите ноги под небольшим углом и опишите ими полукруг (можно даже над низенькой скамеечкой) сначала справа налево, также медленно опустите. Повторите несколько раз.

Выполнять их регулярно помогут избавиться от жировых излишеств. Месяц отдохните, а затем снова в течение месяца выполняйте весь комплекс гимнастики. Но уксус пить уже не надо.

Наталья ПРИБЫТКОВА.
г. Бийск Алтайского края.

время худела, затем снова набирала вес, да еще с прибавкой.

В итоге пришла к выводу, что если уж у человека такая конституция, то и не стоит над собой издеваться. Как говорят: ешь, пока рот свеж, а как завянет, ни на что не потянет. Так что если ваш вес в пределах разумного - то ничего страшного в полноте нет. А худеем мы в основном потому, чтобы нашим мужчинам нравиться. Так вот, если женщина интересная, соблазнительная, обаятельная, зажигательная, только дурак уйдет от нее из-за лишних килограммов.

Н. ЕЛЕСИНА. г. Бийск Алтайского края.

РАСКОДИРУЙ, "СКЛИФОСОФСКИЙ!"

В детстве я был такой увалень, что меня в младших классах называли не иначе как "жиртрестом". Еще бы, жил летом, а до 10 лет вообще круглый год в деревне. Питался мясом, молоком, "подножным кормом" с огорода. А приехав в город, попал совсем в другие условия и заболел. Болезнь дала какие-то осложнения на сердце. Короче, попал в больницу. Вроде подлечили. И все бы хорошо, если бы ко мне не приставили какую-то врачиху. Уж не знаю, какая специальность у нее была, но я оценивал ее как доморощенного психолога. Чтобы, говорит, не было больше рецидивов, нужно ограничивать себя в еде. Принесла с собой список, что мне есть не рекомендуется. Проще перечислить, что не подвергалось запрету: картошка с паровыми котлетами, жидкий супчик, несладкий чаек. Родители эту идею поддержали, а я, не зная до этого, что такое болезни, был вынужден согласиться. Почти два года не ел жареного, соленого, копченого и острого, свято выполнял все предписания врачей.

А теперь расскажу, к чему это привело. В 11 лет я весил (страшно сказать!) почти 90 кг. Сейчас в 17 я вешу 63 кг. И все врачи говорят, что надо срочно набирать вес, а то дело пахнет дистрофией. Но теперь я уже не могу набрать ни килограмма. Похудеть мне помог сильный стресс и почти спартанские ограничения в еде, а вот поправиться ничего не помогает. Поэтому я и не верю, что люди, не имеющие никаких гормональных отклонений, не могут похудеть сами. Просто на вашем пути еще не попадались такие доморощенные "склифософские". Вот я и хочу обратиться ко всем людям, страдающим избыточным весом: не стоит изводить себя бесполезными тренировками и вредными лекарствами. Пожалейте себя. *Ваш организм лучше вас знает, какой вес ему нужно поддерживать.* Подумайте, стоит ли экспериментировать над собственным здоровьем. Я бы ответил, что нет. А если бы сейчас встретил ту самую докторшу, то непременно попросил бы ее: "Раскодируйте меня обратно, чтобы я рос, толстел или худел согласно нормам, данным мне природой".

Алексей ЛЕБЕДЕВ.
г. Саранск.

ВИДИМЫЙ результат с первого дня
Витаминно-минеральный комплекс для глаз
"ОКОВИТ"

✓Восстанавливает цветовосприятие
✓Снимает усталость глаз
✓Улучшает состояние сетчатки и сосудов глазного дна
✓Нейтрализует вредное воздействие электромагнитных излучений (телевизор, компьютер, высокая солнечная активность и др.)
✓Останавливает развитие близорукости (миопии) и катаракты
✓Защищает органы зрения при сахарном диабете

РЕКОМЕНДОВАН К ПРИМЕНЕНИЮ ОФТАЛЬМОЛОГАМИ ВЕДУЩИХ НАУЧНЫХ И ЛЕЧЕБНЫХ ЦЕНТРОВ РФ
СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!

ТЕЛЕФОНЫ:
в Москве (095) 786-34-00, 145-75-00, 137-01-16
в Санкт-Петербурге (812) 310-14-49.
Консультации специалиста: тел. (095) 105-11-57
www.fitora.ru
ПО ПОЧТЕ:
119119, Москва, Ленинский проспект, 42, ком. 32-16.

Регистрационное удостоверение №003750.Р.643.01.2002
Препарат сертифицирован.

ДИЕТА НА ГОД

Расскажите, какую диету нужно соблюдать после удаления желчного пузыря. Как долго ее нужно придерживаться?
Анна КОРОЛЬКОВА. Рязань.

Первое время после операции вам действительно нужно будет придерживаться очень строгой диеты. В течение первых трех месяцев категорически нельзя есть все кислое, острое, жареное, копченое. Придется исключить из рациона животные жиры, сырые овощи и фрукты, мягкий хлеб, специи, пряности, маринады, майонез, уксус, лук, чеснок, отказаться от бульонов, сырых яиц, яичницы, омлета, сладостей, соков и газированных напитков.

На четвертом месяце начинайте вводить в меню сливочное масло - понемножку, мед, соленое (ломтик селедки, дольку соленого огурца), сваренное вкрутую яйцо, нежирные сорта сыра, кофе (не очень крепкий), если очень хочется - можете выпить за обедом рюмочку водки, но не вина!

А основные компоненты меню - вегетарианские супы, вареное мясо птицы (особенно грудки), приготовленное на пару или отварное постное мясо (телятина, говядина), нежирная вареная рыба (навага, ледяная), картофельное пюре, белый подсушенный хлеб и обезжиренные кисломолочные продукты - кефир, диетический творог, йогурт, простокваша. Очень полезны соевые продукты. Питание должно быть дробным - 5-6 раз в день.

К нормальному рациону можно возвращаться примерно через год.

Андрей САСИН, врач.

ЧУДЕСНО И БЕЗ БОЛИ ВАС ИСЦЕЛЯЕТ ОН - НАРОДНЫЙ ЧУДО-ЛЕКАРЬ - "ЦИРКОНИЙ-НЕВОТОН"!

"Здравствуйте, дорогие наши любимые "Домашние доктора"! Получили мы от вас чудо "Невотон", чтобы хоть немного подлечить нашу престарелую бабушку, которой потопал всего 91-й годок!

С самого Нового года она не могла даже головы приподнять от подушки, без посторонней помощи встать не могла. Очень сильно болела голова и не было никаких сил. А видели бы вы, какая она сейчас жизнерадостная и счастливая, бойкая, даже не верится. Целыми днями ходит, сидит, что-то делает, вместе со всей нашей семьей кушает и все время у нее хорошее настроение. Большое вам, огромное спасибо за вашу чуткость, доброту и готовность всегда прийти на помощь другим людям! Хоть и далеко вы сейчас от нас находитесь, а в душе всегда рядом с нами, в нашей семье. Дай Бог вам здоро-

"Это действительно замечательный прибор. Хорошо подлечила свою гипертонию, а муж вылечил язвенную болезнь желудка. Это и правда может показаться фантастикой".

Сразу оговоримся, что все письма, которые здесь цитируются, настоящие, а не вымышленные.

Необъяснимое чудо!

Поверите ли вы, что человек, сегодня считающийся неизлечимым больным, через 2-3 недели лечения прибором начинает не просто двигаться, а ходить, улыбаться и радоваться жизни! Похоже на чудо, не правда ли?

"Я стала пользоваться прибором около трех месяцев назад, - ***пишет нам Алиева С.А. из г. Чапаевск Самарской области****. - Он мне принес здоровье, хорошее настроение, бодрость, энергию и приятный внешний вид. У меня перестали болеть пятки, и я стала нормально ходить, пропали морщины на лице, избавилась от бессонницы, пропала депрессия. Я стала веселой и жизне-*

цирконий и старый "Невотон".

Мы попросили прокомментировать этот факт известного врача, профессора Наумова В.Н.:

"По результатам клинических испытаний "Невотон-Цирконий" превзошел все наши ожидания. Мы предполагали, что соединение лечебных свойств "Невотона" и циркония даст нам очень хороший прибор с новыми характеристиками. Но то, что мы получили, удивило нас самих. Новый "Невотон-Цирконий" гораздо эффективней и быстрей справляется с болезнями, чем отдельно взятый "Невотон" и изделия из металла "цирконий". Сработал эффект "синергии" - когда при соединении двух элементов происходит не сложение их свойств, а умножение. Получилось даже не два прибора в одном, а больше.

Поэтому сейчас действительно можно говорить о создании лечебного суперприбора для домашнего пользования! Теперь он обладает всеми лучшими характеристиками

из-за новой технологии значительно увеличилась.

Без сомнений, "Невотон-Цирконий" - замечательный прибор и Минздрав официально утвердил перечень заболеваний, которые он лечит:

- Поражение опорно-двигательного аппарата: остеохондроз, радикулит, болезни суставов, артрит, артроз, вывихи.

- Заболевания желудочно-кишечного тракта: гастриты, колиты, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки.

- Заболевания печени и желчного пузыря.

- Заболевания сердечно-сосудистой системы: стенокардия, ишемическая болезнь сердца, гипертония I-II стадии, вегето-сосудистая дистония, варикозное расширение вен, тромбофлебит.

же вкручиваются в капсулу только тогда, когда надо растереть какой-то участок тела (т. е. размассировать). Массируются, как правило, суставы, позвоночник и голова. Носится же "Невотон-Цирконий" без насадок.

Да, действительно очень просто и, как показывает практика, эффективно. Учитывая столь высокие отзывы как врачей-специалистов, так и людей, испытавших на себе чудодейственную лечебную силу прибора, можно уверенно сказать, что потраченные деньги, полностью себя оп-

...спасибо за вашу чуткость, доброту и готовность всегда прийти на помощь другим людям. Хоть **и далеко вы сейчас от нас находитесь, а в душе всегда рядом с нами, в нашей семье. Дай Бог вам здоровья, долголетия, счастья и мира!**

С уважением семья Хабибрахмановых. г. Ижевск".

Сотням тысяч людей у нас в стране и во всем мире помогает вернуть здоровье, пожалуй, самый популярный медицинский прибор "Невотон".

Этот знаменитый прибор прославился своей эффективностью, простотой использования и надежностью. И что особенно важно для России, "Невотон" доступен по цене практически всем. По этим причинам он и заслужил свое второе, неофициальное, название - "народный чудо-лекарь". Тысячи людей присылают нам свои благодарные отзывы:

Травянова О.А. Воронежская обл.: *"Ваш прибор - это чудо. Утихла боль в печени. Ноги ходят нормально. Отдала прибор сестре. У нее за 2 дня тоже прошла боль в ногах. А лет нам - мне 55, а сестре - 52 года. Дай вамБог счастья и здоровья. Вы нам так помогли. Вышлите, пожалуйста, еще один прибор".*

Красильников П.Н. г. Оренбург: *"Я пользуюсь прибором "Невотон". Лечебный эффект очень хороший. Перестала болеть голова. Нормализовалось давление. Дал поносить жене. Результат тот же. Жена просит еще один прибор. Вышлите, пожалуйста".*

Лазаренко Н.Г. Томская обл.: ... ***Самарской области.*** *- Он мне принес здоровье, хорошее настроение, бодрость, энергию и приятный внешний вид. У меня перестали болеть пятки, и я стала нормально ходить, пропали морщины на лице, избавилась от бессонницы, пропала депрессия. Я стала веселой и жизнерадостной. Спасибо Вам большое. Я совершенно здоровая женщина благодаря Вам. Вышлите, пожалуйста, два прибора моим детям, они тоже в него поверили".*

А вот что пишет Воровик Г. Приморский край: *"Родные мои спасители! Я один год и три месяца терпела сильнейшую боль и тратила деньги на лекарства. И вот я получила это маленькое чудо. Я делала процедуры утром 1 час и вечером 1 час. И вот на девятый день почувствовала облегчение. Я стала спать, так как боль в руке стала стихать. У меня нет слов благодарности за то, что Вы дали такое чудо".*

"НЕВОТОН" ПРЕВРАЩАЕТСЯ В ЛЕЧЕБНЫЙ СУПЕРПРИБОР - "НЕВОТОН-ЦИРКОНИЙ"!

Сегодня у нас есть прекрасная новость - "Невотон" благодаря ученым из Санкт-Петербурга становится намного эффективней! При этом он остается таким же простым, надежным и доступным по цене.

Это стало возможным благодаря применению новейшей российской технологии - циркониевому напылению, наносимому на корпус "Невотона".

Новейший "Невотон-Цирконий" объединил в себе уникальные характеристики металла "цирконий" и лучшие лечебные свойства "Невотона". Такое соединение намного превосходит по лечебному действию отдельно взятые элементов происходит не сложение их свойств, а умножение. Получилось даже не два прибора в одном, а больше.

Поэтому сейчас действительно можно говорить о создании лечебного суперприбора для домашнего пользования! Теперь он обладает всеми лучшими характеристиками "Невотона", которые намного усилились за счет уникальных свойств металла "цирконий". Без сомнения, он поможет вернуть здоровье многим и многим тысячам людей. Тем, кто уже приобрел ранее "Невотон-37.2" или "Невотон-Luxe", я тоже рекомендовал бы приобрести новый "Невотон-Цирконий". Ведь болезни, которые вы лечили с помощью "Невотона", отступят быстрей, а лечение будет более полным и глубоким. Кстати, все прежние массажные насадки подходят к новому "Невотону-Цирконий".

"Невотон-Цирконий" относится к серии приборов "Домашний доктор". Это означает, что он практически не имеет противопоказаний, прост в применении, имеет очень подробную инструкцию и применяется без предварительной консультации врача. А если возникают вопросы, пишите в медицинский центр по адресу: 302028, г. Орел, а/я 12. Лучшие врачи центра ответят на все ваши вопросы (только не забывайте вложить конверт с обратным адресом). Кстати о противопоказаниях. Мы не советуем применять "Невотон-Цирконий" в области сердца людям с кардиостимулятором, беременным женщинам. И еще одно. Мы прекрасно знаем, что большинству людей, пользующихся нашими изделиями, трудно тратить много денег даже на свое здоровье. Поэтому цена на "Невотон-Цирконий" пока выросла незначительно, хотя себестоимость его сосудистой системы: стенокардия, ишемическая болезнь сердца, гипертония I-II стадии, вегето-сосудистая дистония, варикозное расширение вен, тромбофлебит.

- Неврологические и нервно-психические расстройства: болевые синдромы, утомляемость, головная боль, стрессовые состояния, неврозы, нарушения сна, хроническая усталость.

- Заболевания мочевыделительной и половой систем: моче- и желчекаменная болезнь (снятие боли), импотенция, фригидность, простатит, аденома предстательной железы, воспаления женских половых органов, мастит, мастопатия, фибромиома матки.

- Заболевания органов дыхания и ЛОР-органов: ангина, хронический бронхит, бронхиальная астма, насморк, некоторые виды аллергии.

- Зубная боль, пародонтоз.

Кстати, многие врачи стали назначать пациентам "Невотон-Цирконий" только после того, как вылечились сами или вылечили кого-то из своих близких.

А КАК ЖЕ ВСЕ-ТАКИ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ТАКИМ ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫМ ПРИБОРОМ?

Прибор действительно прост и надежен. Он состоит из лечебной капсулы и двух насадок для массажа. Самое главное - это капсула. Именно в ней вся сила и мощь лечебная. Именно она лечит. Капсула крепится на больное место при помощи резинового шнура (которым она комплектуется) или же при помощи лейкопластыря в среднем на 4-6 часов. Затем можно перенести на другое место. Насадки

но сказать, что потраченные деньги, полностью себя оправдывают. Тем более что "Невотон-Цирконий" будет служить вам верой и правдой долгие годы.

А как же приобрести "Невотон-Цирконий"?

Самый доступный способ - покупка по почте наложенным платежом. Вы пишите заявку и отправляете ее по адресу: **302028, г. Орел, а/я 12, ИЦ "Академия здоровья"**. В заявке обязательно укажите разборчиво фамилию, имя, отчество, индекс и свой адрес, а также количество и название приборов. Оплата при получении на почте.

Цена 395 руб. + 8% почтовые расходы. Телефон для заявок **(0862) 42-63-01. E-mail: zn@rekom.ru**

Желаем вам здоровья и долгих лет жизни!

Адрес и телефоны для заказов в Казахстане: **480000, г. Алматы, а/я 264. Тел.: (3272) 72-44-80, 61-23-14, 67-66-47. Цена 2997 тенге вместе с почтовыми расходами.**

Адрес и телефон для заказов на Украине: 03142, г.Киев-142, а/я 114. Тел.: (044) 510-35-07.

Цена прибора: 63 гривны + 5% почтовые расходы. Желаем вам здоровья и долгих лет жизни!

НадеждаСВЕТЛОВА

Федеральная лицензия №42/97-356-0299 от 8.09.97 г. Сертификат Минздрава РФ №369-11/2 от 2.04.98 г.

ОБНОВКИ ДЛЯ КРОШКИ ИЗ ВЗРОСЛОЙ ОДЕЖКИ

Наверное, всем родителям хочется видеть своего малыша нарядным. И вот молодые мамочки скупают в огромных количествах милые костюмчики, чепчики и платьица, которые будут надеты всего один или два раза, ведь ребенок быстро растет. Статистика свидетельствует, что в наше время взрослые тратят на товары для новорожденных небывалое количество денег, превышающее все разумные пределы. Хочется "упаковать" свое ненаглядное чадо, особенно если оно первое, во все самое лучшее.

Стоит, однако, помнить, что ребенку неважно, где лежать: в кроватке из красного дерева или в ящике от комода, было бы тепло и сухо! А в супермодном костюмчике подчас неудобно: вспотеешь, пока мама застегнет все кнопки. Куда комфортнее в простых, неоднократно постиранных хлопчатобумажных ползунках...

Конечно, и малышу нужна одежда "на выход". Но совсем не обязательно тратить на нее уйму денег. Милые практичные вещички можно сшить и связать самим, используя то, что лежит в доме без дела: вышедший из моды трикотажный жакет, остатки пряжи, старую футболку, небольшие лоскуты... Думаю, первыми возьмут в руки спицы или иголку с ниткой опытные, прошедшие через разные жизненные ситуации бабушки. А потом и молодые мамочки поймут: делать вещи для своего малыша очень приятно, дешево, но совсем не сердито.

ВЯЗАНАЯ КУРТОЧКА С КАПЮШОНОМ

Эта курточка хороша для такой погоды, когда в комбинезоне уже жарко, а в кофточке еще холодно. Дело в том, что под вязаным верхом есть подкладка. Ее можно выкроить из хлопчатобумажных лоскутов или папиной фланелевой рубашки, у которой протерлись воротник и манжеты, при желании утеплить тонким синтепоном. Но лучше использовать трикотажный материал, например отслужившую футболку. На такой подкладке курточка послужит малышу дольше, так как трикотаж имеет свойство растягиваться, и

ШТАНИШКИ С ГРУДКОЙ

"Покупая трикотажную вещь, обращай внимание на швы, - учила меня мама. - Если детали изделия вырезаны из трикотажного полотна, как из ткани, не бери. Сносишь и выбросишь, да и петли "поползти" могут, если неаккуратно сшито. А если деталь связана отдельно - это по шву сразу видно, - распорешь надоевшую вещь, распустишь и свяжешь что-нибудь еще". Бывшие в употреблении нитки - более мягкие, не полиняют при стирке. Поэтому из них особенно хорошо вязать для малышей. Так, однажды мой теплый жакет превратился в очень удобные, долго и с удовольствием носившиеся ползунки с грудкой для сына. Модель оказалась настолько удачной, что не раз потом дублировалась с увеличением размера.

Рисунок для вязания используйте самый простой, но рельефный. Например, такой: 1-й и 2-й ряды - резинка 1х1; 3-й ряд - 1 кромочная, 7 изнаночных и т.д., пока все 20 петель пятки не окажутся на одной спице.

После этого продолжайте вязать на 40 петлях, только 20 петель подошвы (от пятки) вяжите лицевой гладью, а остальные 20 петель - рисунком. Связав необходимое число рядов (зависит от размера ступни малыша), вывяжите на 20 петлях подошвы носок так же, как пятку. Сшейте открытые петли носка и верхней части вышивку. В уголках резинки сверху грудки пришейте плоские пуговицы.

Спинку свяжите так же, как грудку, начиная от задней половины пояса, но в конце закройте не все петли резинки, а только 6 средних. На оставшихся с каждой стороны 7 петлях свяжите резинкой лямки необходимой длины. На концах лямок сделайте петли для пуговиц, связав 2 петли вместе, накид. Закончите лямки уголком, делая убавки по краям в каждом ряду.

Выполните боковые швы.

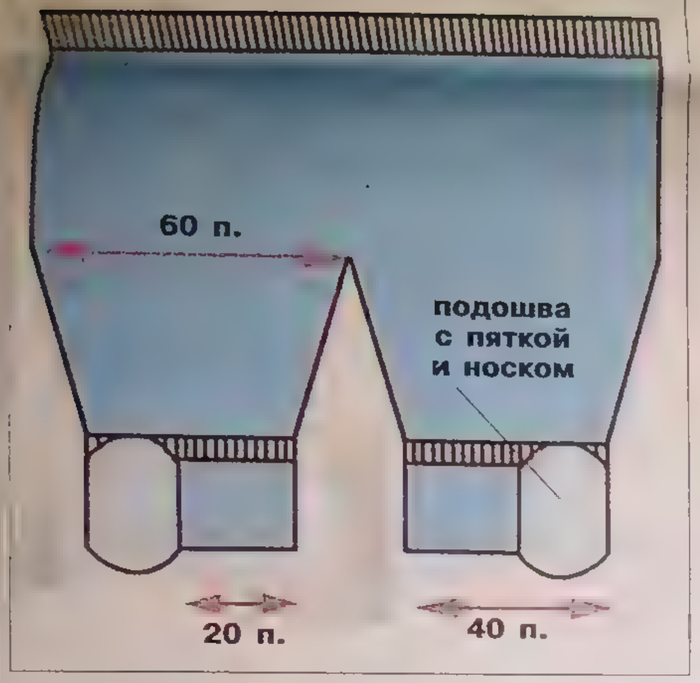
ШАПОЧКА-ЧЕПЧИК

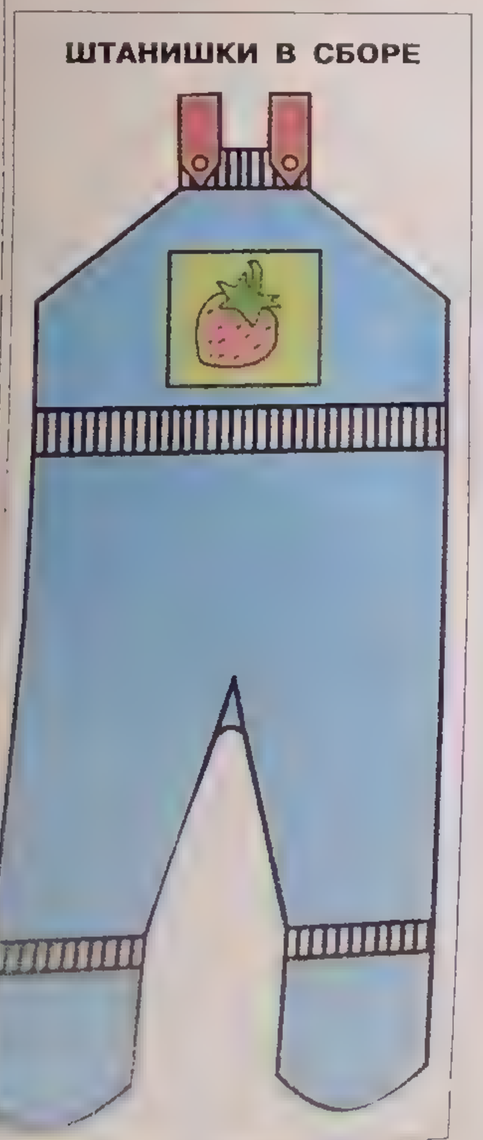
По опыту знаю: на только что родившегося ребенка трудно подобрать чепчик. Свяжите его сами "под размер" из тонких шерстяных ниток.

Свяжите образец выбранным рисунком, чтобы рассчитать количество петель и рядов на 1 квадратный сантиметр. Измерьте головку ребенка от мочки одного уха через темечко до мочки другого уха. Наберите столько

ШТАНИШКИ С НОСОЧКАМИ

120 п.





джемпер или жилет. Исходя из имеющегося материала подберите рисунок. Если преобладает один цвет, вывяжите на его фоне орнамент, выполните вышивку. Из остатков пряжи хорошо смотрятся разноцветные полосы, чередующиеся в определенной последовательности. Об аккуратном исполнении изнанки можно не беспокоиться: подкладка скроет все узелки и концы ниток.

Сделайте выкройку будущей курточки. Вязаные детали увлажните, наколите на выкройку и дайте им высохнуть. Если вы хотите выполнить отделку одним цветом, отличным от фона (на фото - красный), то полочки под застежку удобнее связать отдельно, а затем пришить к деталям переда. При раскрое деталей подкладки вместо кулиски капюшона, манжет, резинки подола и полочек под застежку сделайте припуски на швы. Сшейте отдельно верх и подкладку, соедините их потайным швом по границам отделки. Вставьте завязку в кулиску капюшона.

удачной, что не рас[illegible] лировалась с увеличением размера.

Рисунок для вязания используйте самый простой, но рельефный. Например, такой: 1-й и 2-й ряды - резинка 1x1; 3-й ряд - над лицевыми петлями вязать изнаночные, над изнаночными - лицевые; 4-й ряд - по рисунку; 5-й - как 1-й, и т.д.

Штанишки. Наберите на спицы № 2,5 120 петель. Свяжите 3 см резинкой 1x1 - это пояс. Далее вяжите рисунком необходимую высоту верхней части штанишек, которую можно измерить по готовым ползункам. (Рассчитывая длину штанишек, лучше сделать запас "на вырост", ведь ребенок быстро растет. Пока в коляске лежит, в свободной одежде удобнее, а как на ножки встанет - штанишки будут "по фигуре". Нам их хватило почти на год: от 3 месяцев до 1 года 2 месяцев.) Разделите вязание на две равные части - штанины - по 60 петель каждая. Одну часть снимите на булавку или закройте петли вспомогательной нитью. Другую часть вяжите рисунком, постепенно делая убавки в начале и в конце ряда, чтобы штанина сужалась, была по ноге. На высоте лодыжки должно остаться 40 петель. Число рядов и периодичность убавок можно рассчитать по образцу рисунка.

Носочки. На 40 петлях низа штанины свяжите 2-3 см резинкой 1x1. Далее на 20 петлях с края всего изделия вывяжите пятку лицевой гладью следующим образом: 1-й ряд - 1 кромочная, 18 лицевых; 2-й ряд - 1 кромочная, 17 изнаночных; 3-й ряд - 1 кромочная, 16 лицевых; 4-й ряд - 1 кромочная, 15 изнаночных и так далее до 14-го ряда (14-й ряд - 1 кромочная, 5 изнаночных). С 15-го ряда возвращаем петли в работу. 15-й ряд - 1 кромочная, 6 лицевых; 16-й

носочка горизонтальным трикотажным швом, повторяющим движение нити при вязании.

Аналогично свяжите другую штанину с носочком.

Ластовицу свяжите в виде квадрата со стороной 8-10 см тем же рисунком, что и штанишки. Выполните сначала швов сзади от пояса до штанин, вшейте ластовицу, затем сшейте штанины и носочки.

Грудка. Наберите 60 петель от пояса спереди штанишек. Провяжите 3-4 см прямого полотна, затем, постепенно делая убавки по краям вязания, сократите количество петель до 20. Провяжите 2-3 см резинкой и закройте все петли по рисунку. Середину грудки (например, прямоугольник длиной 20 петель) можно связать не рисунком, а лицевой гладью, по которой потом выполнить несложную

петель, сколько соответствует этому измерению. Провяжите 1-2 см резинкой 1x1, далее рисунком. Когда общая высота вязания будет равна одной трети длины, равномерно распределите все петли на 6 спиц, 7-я - вспомогательная, и вяжите по кругу, убавляя по одной петле (две вместе) на каждой спице в каждом ряду. Последние 6 петель стяните вместе и закрепите конец нити. Если у вас есть только 5 спиц, распределите петли на 4 спицы, 5-я - вспомогательная, но убавки делайте все равно 6 раз в каждом ряду.

Пришейте ленточки-завязки или свяжите их крючком. При желании украсьте чепчик кружевами, связанными крючком.

Наталия РАЗЛУЦКАЯ.

МАРТЕНИЧКИ

Есть в Болгарии чудесный старинный обычай - поздравлять друг друга с приходом весны и дарить на счастье сделанные своими руками сувениры. Их называют "мартенички" в честь первого весеннего месяца. Взрослые и дети прикрепляют к одежде, чтобы носить как украшение до прилета журавлей, пару кисточек, помпончиков или куколок. Одна фигурка, символизирующая зиму, всегда белая, а другая, обозначающая весну с ее теплым солнышком и пробуждающимися от спячки растениями, - красная. Соединены фигурки витым шнурком из нитей тех же цветов. Удивительно точно переданное состояние природы, когда времена года еще на равных ведут спор, кому править бал!

Сделать мартенички совсем нетрудно. Думаю, занявшись этим вместе с детьми, вы получите удовольствие и от процесса изготовления, и от удивленных возгласов друзей, которых порадуете сюрпризом.

помпоны

Чтобы сделать помпон, необязательно бежать в магазин за нитками. Используйте остатки пряжи, даже совсем недлинные. Для маленьких помпончиков пригодятся и тонкие нитки: катушечные, ирис, мулине. Для больших лучше взять синтетическую или шерстяную пряжу потолще.

Возьмите ненужный кусочек картона (например, коробку от торта или шоколадных конфет). Циркулем вычертите на чистой стороне два одинаковых кольца и вырежьте их. Учтите, что диаметр готового помпона будет примерно равен удвоенной ширине кольца, а внутренняя окружность не должна быть слишком маленькой. Совместите подготовленные кольца и обмотайте их нитками. Следите за тем, чтобы витки распределялись равномерно по этой круглой катушке, несколько слоев ниток должны полностью покрыть ее. Если отверстие в середине кольца станет слишком маленьким, а ниток намотано недостаточно, вденьте нитку в иголку и закончите работу. Затем возьмите острые ножницы и прорежьте все нитки по внешнему контуру кольца. Аккуратно раздвиньте слои картона, вставьте между ними прочную нитку и крепко перевяжите помпон. Картонные кольца разрежьте и удалите, нитки расправьте, при необходимости подрежьте выступающие концы, чтобы поверхность шарика была ровной.

кисточки

Намотайте нужное количество ниток на плоскую катушку (кусочек картона, дощечку, собственные пальцы). Длина и толщина мотка будет соответствовать длине и толщине готовой кисточки. Снимите моток с катушки, пропустите через середину декоративный шнурок, закрепите. Немного ниже шнурка крепко перевяжите моток нитью того же качества, что и он сам, - получится головка кисточки. Концы завязки спрячьте внутрь мотка. Держа кисточку за головку, введите одно лезвие ножниц в середину, потяните за головку и разрежьте сразу все витки. Расправьте кисточку, при необходимости подровняйте ножницами.

куколки

Сделайте довольно большую кисточку, как описано выше. Чтобы превратить кисточку в куколку, нужно разделить свободные концы ее нитей на отдельные пучки и перевязать их дополнительными нитями, формируя части тела.

Положите кисточку головкой вверх. Отделите два пучка одинаковой толщины по бокам - будущие ручки, укоротите до нужной длины, перевяжите на уровне "плеча" и "запястья". Лишние концы дополнительных нитей подрежьте. Узелки можно для надежности смочить капелькой клея. Оставшиеся в середине нити - туловище - перевяжите, формируя талию, распушите концы наподобие юбочки. Вот и готова кукла - девочка! Мальчика сделайте так же, только "юбочку" разделите на две равные части и перевяжите их снизу, в районе голени.

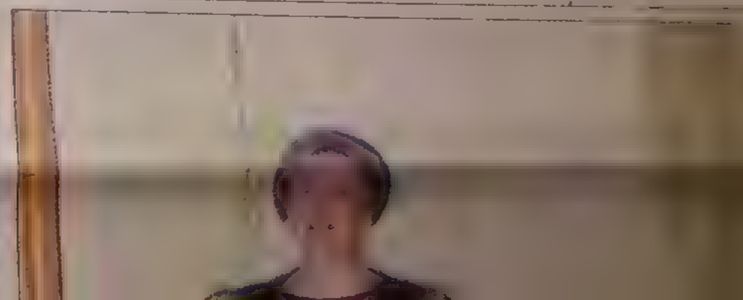
декоративный шнурок

Шнурок, на который подвешивают мартенички, удобнее делать вдвоем. Возьмите нить за концы, натяните и вращайте в противоположных направлениях. Когда волокна сильно скрутятся, возьмите нить за середину и, не отпуская их, соедините концы - две половинки нити совьются в шнурок. Осталось только связать концы, чтобы закрепить работу.

Сплетите два шнурка: красный и белый, свяжите их вместе и сделайте бантик, к концам которого пришейте мартенички. Такое украшение можно прикрепить не только к одежде, но и к настенному календарю, настольной лампе или любимому сувениру.

Наталия РАЗЛУЦКАЯ.

ХОРОШО НА ВЕШАЛКЕ, ПЛОХО НА ФИГУРЕ



ХОРОШО НА ВЕШАЛКЕ, ПЛОХО НА ФИГУРЕ

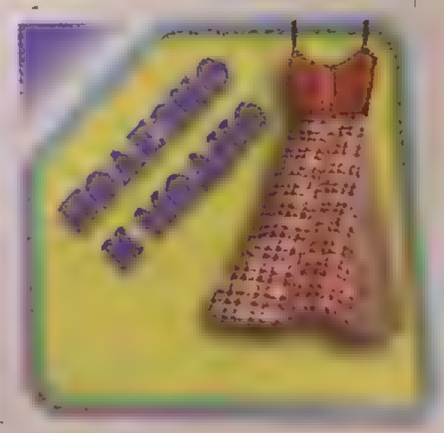
Тяга к прекрасному, безусловно, есть у всех. И проявляется она не только в стремлении окружить себя приятными глазу предметами или взирать на них с расстояния поставленного музейными служащими ограждения, но и в желании сделать свой собственный внешний вид красивее. Именно благодаря этому женщины наносят макияж, делают маникюр и тщательно выбирают одежду, которая подчеркивала бы их достоинства и скрывала недостатки. Но, к сожалению, вещь, которая так понравилась нам висящей на вешалке, может совсем иначе смотреться на реальном женском теле. Вот несколько советов, руководствуясь которыми, вы сможете выбирать одежду, подходящую именно вам.

Когда мы в первый раз видим вещь, в глаза прежде всего бросается ее цвет. Не только черный цвет будет уменьшать габариты. Синий и фиолетовый произведут тот же зрительный эффект. А вот белый, красный, оранжевый и ярко-розовый, наоборот, их увеличивают. Коричневый и зеленый - нейтральные цвета. Эти два цвета - традиционное ирландское сочетание цветов, а если заменить коричневый на красный, получится классическое шотландское сочетание. Особенно распространена красно-зеленая клетка, которая, в свою очередь, зрительно расширяет фигуру. О законах рисунка - чуть позже, а пока вернемся к цветам. Белый с черным - классика в чистом виде, и каждый из них по отдельности гармонирует со всеми остальными цветами спектра. Такие сочетания, как синий и зеленый, голубой и желтый, рыжий и болотный, оранжевый и желтый, бордовый и фиолетовый, тоже приятны на вид и вряд ли вызовут у кого-нибудь раздражение.

Теперь перейдем к рисунку и узорам. Полоска всегда зрительно увеличивает формы по направлению своих полос и сужает противоположные стороны. К примеру, полным людям подойдет крупная вертикальная полоска: она сузит и удлинит. Мелкий рисунок увеличит объем, а крупные цветы на платье будут стройнить. Как ни парадоксально, любой, даже мелкий, горошек тоже сделает фигуру более стройной. Надпись или символ на одежде будет притягивать внимание к тому месту, где он нашит. Так что если вы не очень довольны формой своего живота, не покупайте "кофту-кенгуру" с карманом в области брюшной полости!

Перейдем к фасонам вещей. Пиджаки с подплечниками и клешеные брюки скрадывают "пятую точку", а если вы решили надеть юбку выше икр, каблуки заметно устройнят ноги. Чтобы выглядеть привлекательно, но в то же время не вызывающе и не вульгарно, следует выбрать одно из двух: либо кофту с вырезом в сочетании с брюками или длинной юбкой, либо, если вы любите мини, короткую юбку и закрытую кофту или свитер. Не забудьте и о том, что пышный меховой ворот или шаль помогут скрыть небольшие изъяны осанки. А широкий пояс в отличие от тонкого сделает талию более стройной.

Анна НАРЫШКИНА, дизайнер.



КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

ТАК ПОСТИЛИСЬ В СТАРИНУ

ПОСТНЫЙ БОРЩ

Вам понадобятся 1 кг капусты, 2 небольшие луковицы, лавровый лист, корень петрушки, 8-10 горошин душистого перца, 400-500 г грибов, столовая ложка муки, свежая зелень.

Капусту нашинкуйте, лук мелко порежьте, залейте небольшим количеством воды и тушите, добавив лавровый лист и перец. Муку обжарьте до розового цвета. Отдельно отварите мелко нашинкованные грибы. Готовые грибы выньте из бульона и слегка обжарьте. Когда капуста упарится, сделается мягкой, переложите ее в грибной бульон. Туда же опустите грибы, подготовленную муку, корень петрушки и свежую зелень.

На слабом огне, не допуская кипения, доведите щи до полной готовности.

ПОСТНЫЙ БОРЩ ИЗ МАЛОРОССИИ

Отварите в воде стакан белой фасоли и 4-5 штук белых сухих грибов (можно заменить свежими шампиньонами, но их надо варить после готовности фасоли). Затем потушите под крышкой в двух ложках постного масла тонко нарезанную свеклу и луковицу, а когда свекла станет мягкой, положите туда же нашинкованной свежей или квашеной капусты и залейте водой, в которой варились фасоль и грибы.

Грибы тонко режут и соединяют вместе с фасолью, рубленой петрушкой, укропом, сельдереем и со смесью овощей. Затем, прибавив соли и перца по вкусу, заправляют борщ мукой, то есть подрумянивают полложки муки в ложке постного масла, разбавляют заранее отваренными протертыми помидорами (полстакана), вливают в кастрюлю с борщом и дают немного покипеть.

УШКИ С ГРИБАМИ

Замесите хорошо стакан просеянной муки и полстакана воды, тонко раскатайте, как почтовый лист бумаги. Поджарьте на двух ложках подсолнечного масла мелко нарезанную луковицу, положите отварные сухие грибы из бульона, добавьте соли, перца, мелко резанной петрушки. Этот фарш положите на раскатанное тесто, закройте тестом сверху, слепите треугольники и защипите два конца вместе, чтобы пирожок изображал ушко, сложите на сито, обсушите, сварите в соленом кипятке, выньте, подсушите в духовке и опустите в тот же постный борщ.

САЛАТ ИЗ РАЗНОЙ ЗЕЛЕНИ С ЯБЛОКАМИ И ОРЕХАМИ

Отварите, остудите картофель или белую и зеленую фасоль, картофель нарежьте ломтиками, нарежьте очищенное сырое яблоко, прибавьте очищенных грецких орехов, залейте соусом: пол чайной ложки перца, 2 чайные ложки уксуса, 5-8 чайных ложек подсолнечного масла взбейте вилкой и полейте салат.

Лана СЕЛОТОВА.

ОБХОДИМСЯ БЕЗ МЯСА

ГРИБНОЙ ОМЛЕТ

Мелко нарежьте 250 г лю-

МАСТЕР-КЛАСС ОТ БАБЫ ПОЛИ

Баба Поля в молодости много лет работала поваром в богатой польской семье. А надо сказать, что повара там подбирались очень тщательно. На кухню в такие дома всегда брали в помощники несколько поварят, которые выполняли несложную работу. Исподволь самые смышленые перенимали все хитрости поварского дела, а потом и сами становились настоящими мастерами. Видимо, вот таким поваром от Бога и была баба Поля. Не зря впоследствии ее выпечку ежегодно доставляли на военном самолете из Симферополя в Москву к выпускному вечеру в Военной академии. И так много лет подряд. А выпечка эта - "караимские пирожки с вишней".

Для их приготовления вам понадобятся 200 г масла или маргарина, 2 яйца, пол чайной ложки соли, стакан холодной кипяченой воды, мука - сколько возьмет тесто.

Разбейте в кружку 2 яйца и, слегка взбив, вылейте в миску. В эту же миску тонкой струйкой влейте воду, добавьте натертое на крупной терке масло или маргарин. Всыпьте муку и, добавив в нее соль, начните руками вымешивать тесто, подбирая все время снизу и потихоньку по мере надобности подсыпая муку. Когда тесто не будет приставать к рукам и стенкам миски, выложите тесто на подпыленную мукой большую обваляйте в муке, сделайте небольшие колобки и разложите их на доске по 5 штук. Всего колобков должно получиться штук 30-35.

Пока защипываете следующий пирожок, первый поджаривается с одной стороны, затем опустите следующий, а первый переверните. Когда первый бу-

конца приготовления. Пирожки, пожаренные на нем, не подгорают и не имеют неприятного запаха и привкуса. Да и уследить за ними легче.

Чтобы перекалить масло, надо налить его на сковороду примерно слоем в полсантиметра и нагревать на среднем огне, пока оно минуты через 2-3 не посветлеет и не покажется над ним белый, едва заметный едкий дымок. Бросишь в масло щепотку крупной соли - она с треском отскочит, а если и утонет в масле, то при этом обязательно как бы стрельнет. Это и будет знаком, что масло готово. А еще лучше такие пирожки поджаривать на смеси подсолнечного масла и свиного сала. Эта смесь

БЕЗ МЯСА

ГРИБНОЙ ОМЛЕТ

Мелко нарежьте 250 г любых грибов, потушите в масле 10 минут, добавив зелень петрушки и специи. Взбейте 3 яйца, смешайте с 4 столовыми ложками муки и минеральной водой, чтобы получилось тесто, по консистенции напоминающее сметану. Смешайте с грибами и запекайте в духовке до готовности.

ПОСТНЫЕ РАССТЕГАИ

Приготовьте постное кислое тесто. Можно, например, по такому рецепту. На 1 кг муки возьмите 2 стакана теплой воды, 3 столовые ложки растительного масла, чайную ложку соли, столовую ложку сахара, 25-30 г дрожжей. Из воды, дрожжей и половины муки замесите опару. Когда она поднимется, добавьте в нее соль, сахар, растительное масло, оставшуюся муку. Вымешивать следует до тех пор, пока тесто не перестанет прилипать к рукам. Дайте тесту подойти еще раз. Пока тесто подходит, приготовьте начинку. Сварите рассыпчатую гречневую кашу, добавьте в нее мелко порезанный лук. Подошедшее тесто раскатайте на круглые сочни, выложите на каждый начинку из каши. При желании сверху можно положить маленький кусочек рыбы. Слепите круглые пирожки, оставив наверху небольшое отверстие. Выпекайте на смазанном жиром противне в разогретой духовке.

Нина ЕЛИСЕЕВА.
г. Каргаполье
Курганской области.

ми вымешивать тесто, подбирая все время снизу и потихоньку по мере надобности подсыпая муку. Когда тесто не будет приставать к рукам и стенкам миски, выложите тесто на подпыленную мукой большую деревянную доску. Не раскатывая разровняйте его в лепешку. После чего, присыпав слегка мукой, закройте один край другим (как при приготовлении слоеного теста) и косточками пальцев месите тесто до тех пор, пока оно не станет упругим и не будет на разрывах отделяться слоями. После этого накройте тесто миской и оставьте на час. Но в течение этого времени нужно еще раза два-три повторить всю вышеописанную процедуру.

Пока тесто выстаивается, приготовьте начинку - либо из свежих вишен либо из свежезамороженных без косточек.

После часовой выстойки тесто порежьте острым ножом на продолговатые полоски, отделите от них небольшие кусочки, обваляйте в муке, сделайте небольшие колобки и разложите их на доске по 5 штук. Всего колобков должно получиться штук 30-35.

Раскатайте колобки в лепешки, начиная раскатывать с тех колобков, которые вы сделали первыми. Лепешки нужно делать не круглые, а слегка овальные и, главное, тонкие. Сложите их одна на другую стопками по 5 штук и накройте полотенцем, чтобы не сохли и не заветривались. Сразу раскатайте 8 стопок. На каждую положите по 5-6 вишен и чайную ложку сахарного песка с горкой. Потом сделайте на каждом пирожке по 3 вытачки, закончите все так называемым фигурным защипыванием "замок" и положите швом вверх.

Жарить пирожки нужно особым способом. Когда в кастрюле с маслом появится дымок, опустите в нее пирожок осторожненько по стенке кастрюли. Пока защипываете следующий пирожок, первый поджаривается с одной стороны, затем опустите следующий, а первый переверните. Когда первый будет готов, его вытаскивайте, второй переворачивайте и так далее.

Было у бабы Поли, как и у любого настоящего мастера своего дела, много своих хитростей.

Так, тесто готовила она подальше от плиты. Чаще всего на широком деревянном подоконнике кухонного окна. Это не давало тесту подсыхать. Перед защипыванием проводила по краешкам сочня чуть влажными пальцами, чтобы шов крепким и ровным получался. А для замеса всегда брала только ледяную воду.

Пирожки баба Поля поджаривала на заранее перекаленном масле. Такое масло не дает чаду и остается прозрачным до метный едкий дымок. Бросишь в масло щепотку крупной соли - она с треском отскочит, а если и утонет в масле, то при этом обязательно как бы стрельнет. Это и будет знаком, что масло готово. А еще лучше такие пирожки поджаривать на смеси подсолнечного масла и свиного сала. Эта смесь после перекаливания дает приятный своеобразный запах. Сколько масла понадобится - нужно обязательно заранее рассчитать. Лучше налить его сразу толстым слоем и уже больше не подливать нового, холодного. Иначе дым коромыслом на кухне обеспечен. Опущенные в большое количество масла пирожки зажариваются моментально, покрываясь румяной ровной золотистой корочкой.

Ну и посуда для этого дела нужна, конечно, тоже особая: казанок или кастрюлька с выпуклым толстым дном и стенками.

Любовь УСТЬЯНЦЕВА.
с. Огнево
Челябинской области.

академии. И так много лет подряд. А выпечка эта - "караимские пирожки с вишней".

УГОЩЕНИЕ НА БОБАХ

БОБЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ ПО-ГРУЗИНСКИ

Вам потребуется 400 зеленых бобов в стручках, 2 столовые ложки масла, 2 яйца, четверть стакана сметаны, столовая ложка тертого сыра, соль.

Отварите в подсоленном кипятке мелко нашинкованные стручковые бобы, предварительно сняв с них прожилки. Откиньте на дуршлаг. Столовую ложку растопленного масла разотрите с яйцом и смешайте с остывшими бобами. Выложите в сотейник, смазанный маслом, залейте сметаной, посыпьте тертым сыром и подрумяньте в духовке.

ОВОЩНОЙ САЛАТ С ВАРЕНЫМИ БОБАМИ

Возьмите 500 г молодых бобов, 2 небольших помидора, луковицу, 2 столовые ложки нарезанного укропа, 2 сваренных вкрутую яйца, столовую ложку готовой горчицы, лимонный сок, яичный желток, 3 столовые ложки растительного масла, соль, сахар, молотый черный и красный перец.

Молодые бобы вымойте, залейте подсоленным кипятком, отварите, затем охладите, очистите от кожицы. Помидоры, репчатый лук, яйца нарежьте кубиками. Яичный желток разотрите с готовой горчицей, разбавьте растительным маслом и лимонным соком, заправьте солью, сахаром, молотым красным и черным перцем. Помидоры, лук и яйца перемешайте с укропом, выложите в салатницу и залейте приготовленным горчичным соусом.

БУРГУНДСКИЕ БОБЫ

На 3 стакана зеленых бобов возьмите четверть стакана красного столового вина, 125 г копченого шпика, 3 моркови, 2 луковицы, 2-3 столовые ложки мелко нарубленной зелени петрушки, перец, соль.

Очищенные от стручков бобы разломите пополам или на три части. Залейте небольшим количеством воды и тушите до готовности. Затем добавьте вино, сваренную и нарезанную кружками морковь, соль, перец и потушите. Положите зелень петрушки. Шпик нарежьте кубиками и обжарьте с луком, нарезанным кольцами. Бобы с морковью выложите на тарелку, сверху положите поджаренный с луком шпик.

БОБЫ ОТВАРНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ

Вам понадобятся 5 стаканов нашинкованных бобов, соль. Для соуса: стакан молока, 2 чайные ложки муки, 1,5 стакана сливок, полстакана томата-пюре, 6 столовых ложек сливочного масла, соль.

Бобы мелко нашинкуйте, отварите в подсоленной воде, отцедите. Полстакана молока вскипятите, влейте в него, постоянно мешая, полстакана молока, сгущенного мукой. Когда масса закипит и загустеет, добавьте сливки, томат-пюре, масло, соль и, помешивая, доведите до кипения. Положите в соус готовые бобы, прогрейте, но не кипятите.

Алла КРИЦКАЯ.
Краснодар.

"ДЮНА" СБЕРЕГАЕТ ДЕНЬГИ И ВРЕМЯ

Я пенсионерка. Денег на лекарства не хватает. Может, "Дюна" поможет сэкономить?
А. Шишкина. Белгород.

Обязательно поможет. Сэкономит не только деньги, но и время, ведь "Дюна" - это, по сути, физиотерапия на дому. Проникая в глубь ткани, красные и инфракрасные лучи снимают боль, **исцеляют** артроз, артрит, остеохондроз, пневмонию, астму, аллергию, гипертонию, стенокардию, невралгию, ожоги, ушибы, угри, герпес, псориаз, экзему, лишай, крапивницу, отит, гайморит, язву желудка, гастрит, панкреотит, геморрой, цистит, простатит и многое другое. Особенно хорошо лечит "Дюна" суставы и кожу. Как и все приборы квантовой медицины, "Дюна" **активизирует организм** на клеточном уровне, и он сам справляется с недугами. Именно поэтому перечень заболеваний так велик.

"Дюна" имеет **медаль** международной выставки, **медаль** победителя Всероссийского конкурса "1000 лучших предприятий России", **диплом** "100 лучших товаров России", **диплом** за высокое качество. Гарантия - 3 года. Цена: 1200 руб. Читателям газеты "Друг дома" - **скидка** 100 руб.

Наши адреса: Москва, ул.1905 года, д. 10 ("Трансагентство");
Ленинский пр-т, д. 45 ("Трансагентство" - касса 27).
Тел.: (095) 559-49-15, 137-60-01, 259-55-90.
Высылаем наложенным платежом.
Адрес для заявок: Москва, 119313, а/я 13.
Высылаем также очиститель воздуха "Овион" (1300 руб.),
"Кремлевскую капсулу" (350 руб.),
ультразвуковую стиральную машинку "Бионика-турбо" (1100 руб.).
Почтовые расходы - 8 %.

Серт. соотв. №РОСС RU.ME41.BO3101 от 14.08.00 г

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

ЗАКУСКА "СВЕКОЛКА"

Вам потребуется 4 яйца, 2-3 средние свеклы, 3-4 столовые ложки майонеза, чеснок и зелень по вкусу.

У сваренных вкрутую яиц срежьте часть яичного белка, выньте желток и измельчите его вместе со срезанной частью белка. Добавьте нарезанную ... вареную свеклу,

На закусочную тарелку положите оставшуюся массу, а на нее поставьте фаршированные яйца. Украсьте зеленью.

САЛАТ "СЛАДКОЕЖКА"

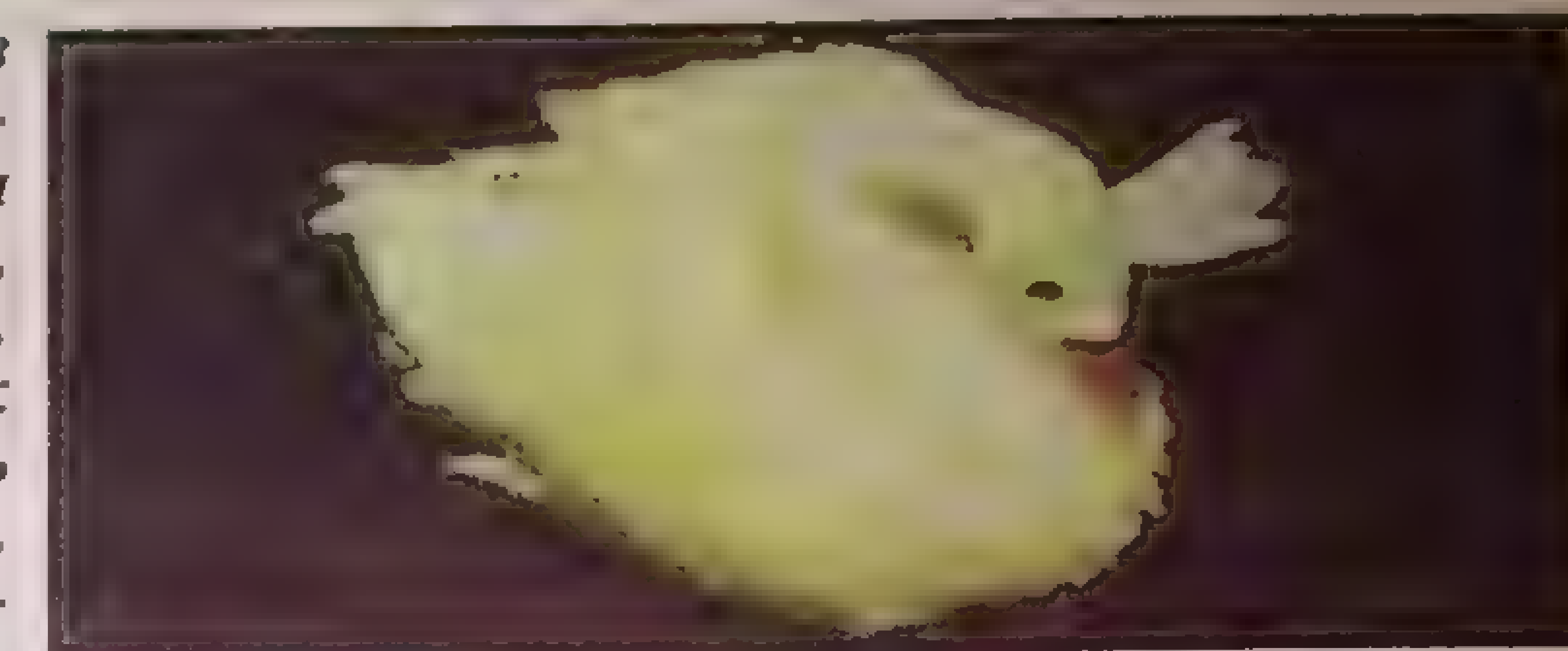
Вам потребуется по 4 моркови, яблока и грецких ореха, 3 столовые ложки сгущенного молока.

Морковь натрите на терке с мелкими отверстиями, добавьте нарезанные тонкой соломкой яблоки и сгущенное молоко, перемешайте. Посыпьте измель-

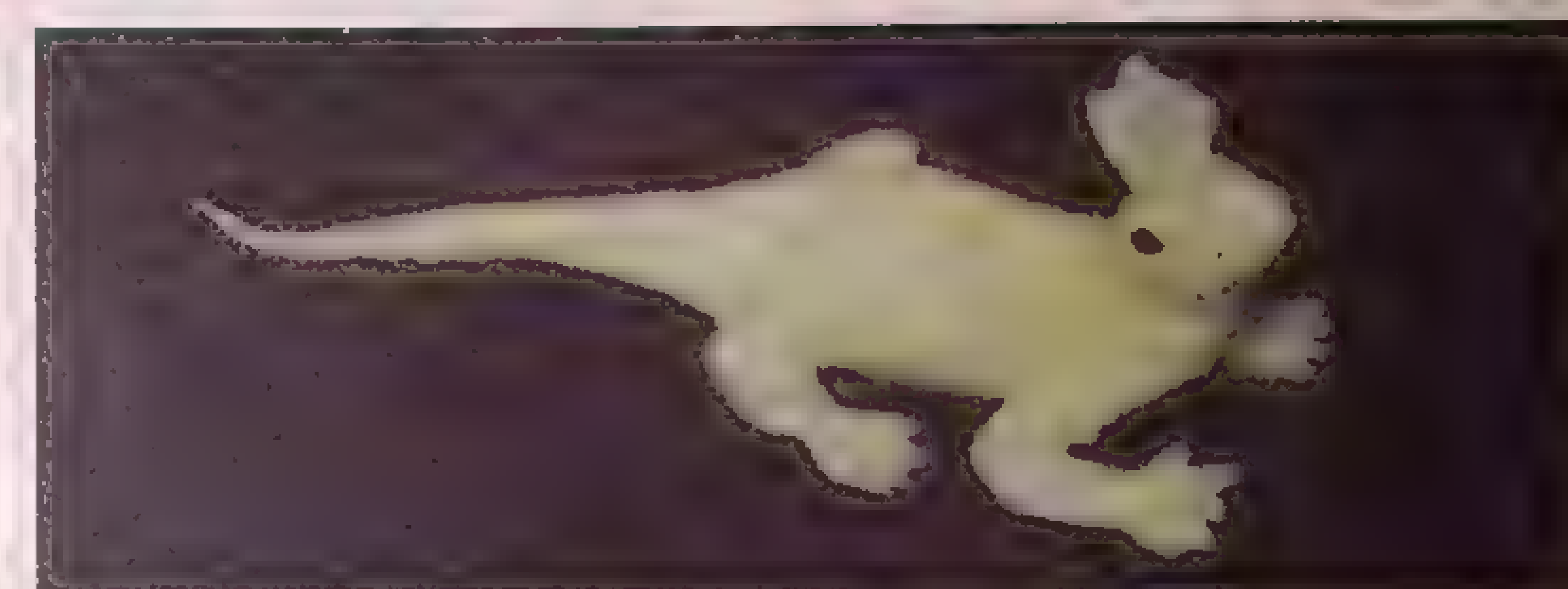
Мы уже рассказывали, как в руках московского повара Веры Николаевны ДРОЗДОВСКОЙ свекла и морковь превращаются в цветы, а арбуз и дыня - в корзинку и вазу.

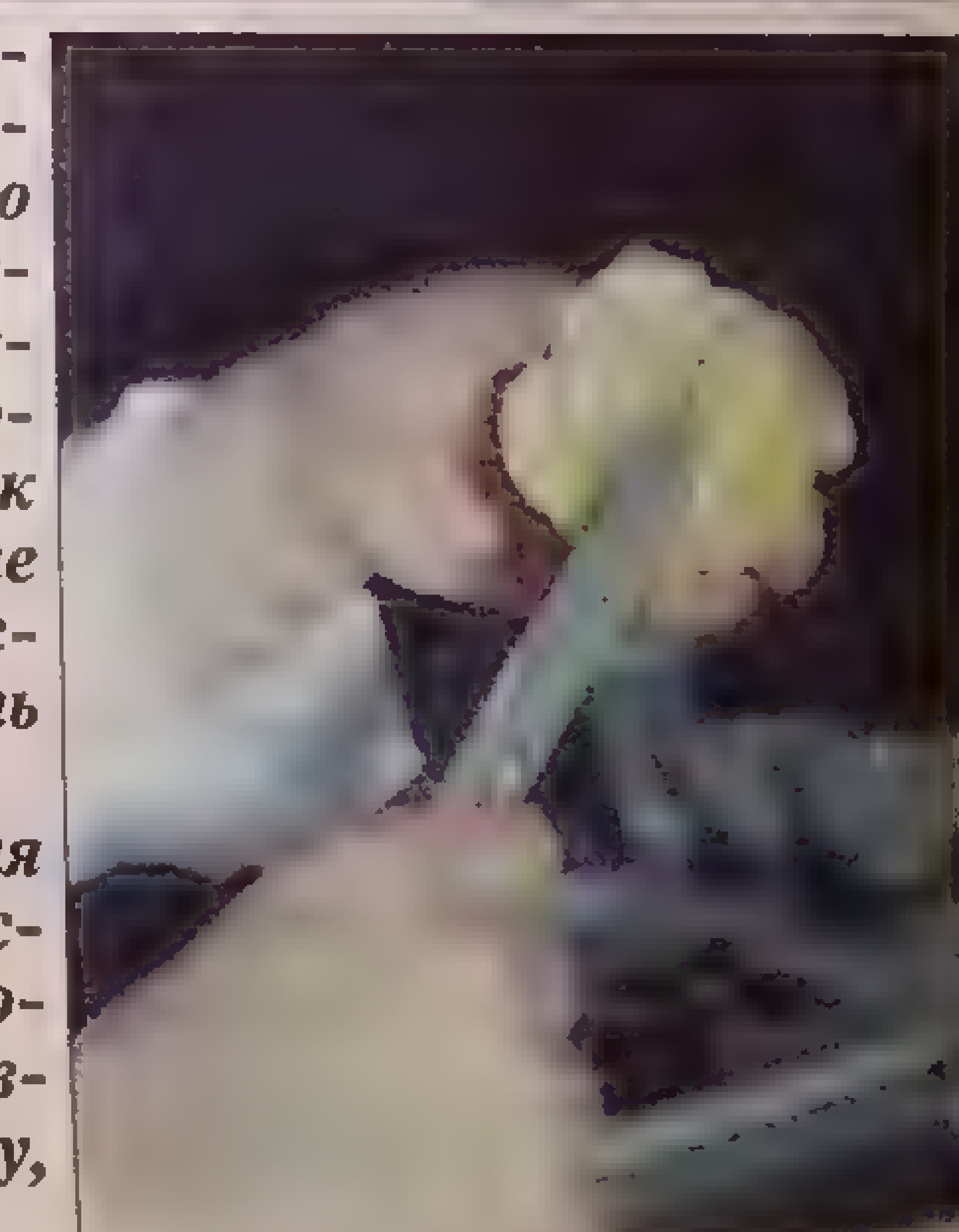
Из подручных средств, простых овощей можно красиво оформить стол и немало удивить гостей. А вот что Вера Николаевна делает из редьки и дайкона. Технология изготовления довольно проста. Надо очистить овощи, нанести карандашом на поверхность рисунок того, что вы хотите получить. Затем острым ножом удалить все лишнее.

А для оформления композиции можно использовать другие овощи, например морковку, цветную капусту, тыкву.



ЛЕБЕДЬ НА САЛАТЕ





К ЧАЮ И К ПИВУ

Все мы едим столько сладкого, что иногда хочется попить чайку не с привычным тортом и пе-

ВОЗДУШНОЕ СЫРНОЕ

но добавить горчицу, ...

срежьте часть яичного белка, выньте желток и измельчите его вместе со срезанной частью белка. Добавьте нарезанную кубиками вареную свеклу, майонез, измельченный чеснок, тщательно перемешайте. Этой массой наполните "чашечки" яичных белков.

Морковь натрите на терке с мелкими отверстиями, добавьте нарезанные тонкой соломкой яблоки и сгущенное молоко, перемешайте. Посыпьте измельченными грецкими орехами.

Светлана КОЛМОГОРОВА. г. Исилькуль Омской области.

ТЫКВА ФАРШИРОВАННАЯ

Вам потребуется тыква, 1-2 стакана отварного риса, по стакану кураги и изюма.

Тыкву вымойте и подсушите. Срежьте верхушку. Выньте семена. Курагу и изюм обдайте кипятком и дайте обсохнуть. Соедините рис, изюм, курагу и добавьте сахар по вкусу. Наполните смесью тыкву. Закройте крышкой из срезанной верхушки и поставьте в духовку или в русскую печь. Запекайте 1-1,5 часа. Готовность проверьте спичкой. Она должна свободно входить в мякоть. Готовое блюдо разрежьте на куски и ешьте.

ВАРЕНЬЕ ИЗ ТЫКВЫ

Тыкву порежьте кубиками. Залейте на час содовой водой (столовая ложка соды на 4 л воды). Выньте из раствора и всыпьте сахар (на 1 кг тыквы 1 кг сахара). Затем поставьте на огонь и доведите до кипения. Остудите и снова прокипятите. Делайте так, пока кубики не станут прозрачными, как мармелад, а сироп - янтарным. Перед последней варкой добавьте по вкусу лимонную кислоту, 2-3 апельсина. Это варенье можно варить в декабре. Очень вкусно.

Любовь РАТУШНАЯ. г. Славгород Алтайского края.

СЕМЕЙНЫЙ ПИРОГ

Я решила поделиться рецептом нашего семейного пирога. Кто впервые его видит, удивляется: как это я запрятала в него начинку?

Приготовьте дрожжевое тесто. Когда подойдет - раскатайте в продолговатый пласт толщиной 1-1,5 см, нарежьте его в длину на ленты шириной 6-7 см. На середину каждой ленты уложите густую начинку, а затем защипните тесто сверху. Получается длинная "трубка" из теста с начинкой внутри. Первую "трубку" сверните на столе защипом внутрь и уложите в центр смазанной жиром сковороды. Следующие поочередно присоедините к предыдущим так, чтобы получившаяся спираль заполнила всю сковороду. Дайте подойти и выпекайте при температуре 220-230 градусов примерно 30-35 минут.

Сняв пирог со сковороды, смажьте его верх и бока белком, круто взбитым с сахаром.

Для начинки я обычно беру сливовое повидло и перемешиваю с рублеными сушеными яблоками или курагой. Другая начинка - яблочное повидло, в которое добавлено что-то кисленькое, например выжимки черной смородины. А вообще подойдет любой густой джем или повидло.

Антонина ОРЛОВА. г. Шарья Костромской области.

К ЧАЮ И К ПИВУ

Все мы едим столько сладкого, что иногда хочется попить чайку не с привычным тортом и печеньем, а с чем-то не менее вкусным, но приготовленным без сахара.

ДРОЖЖЕВЫЕ ПАЛОЧКИ

Вам потребуется 3 стакана муки, 250 г маргарина, стакан молока, чайная ложка соли, 50 г дрожжей, яйцо для смазки.

Распустите в холодном молоке дрожжи и соль. Муку всыпьте в большую кастрюлю и туда же хлопьями нарежьте маргарин. Постепенно подливая молоко с распущенными дрожжами и солью, замесите не слишком крутое тесто. Раскатайте длинные жгутики толщиной в палец, нарежьте их колбасками по 8-10 см длиной. Выложите на смазанный маслом и присыпанный мукой или манкой противень и оставьте подходить на полчаса.

Смажьте палочки взбитым яйцом и выпекайте при температуре 220 градусов. При желании в тесто можно добавить 2 столовые ложки тмина или 3-4 столовые ложки натертого сыра.

Печенье получается легким, хрустящим и вкусным, прекрасно подходящим и к чаю, и к пиву.

СОЛЕНОЕ ПЕЧЕНЬЕ

Возьмите по 200 г муки, плавленого сыра или брынзы, сливочного масла или маргарина и густого варенья или джема.

Масло взбейте, постепенно добавляя муку и натертый на терке сыр. Приготовленное тесто раскатайте в пласт толщиной 0,5 см, вырежьте стаканом кружки, соедините их попарно джемом и выпекайте при умеренной температуре.

ВОЗДУШНОЕ СЫРНОЕ ПЕЧЕНЬЕ

На 2 столовые ложки муки возьмите 2 яйца, 100 г тертого сыра, сливочное масло для смазывания.

Белки взбейте в крепкую пену, тертый сыр и муку перемешайте, желтки разотрите. Все постепенно добавьте во взбитые белки. Тесто чайной ложкой выложите на смазанный маслом противень и выпекайте при умеренной температуре.

СУХАРИКИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ

Вам потребуется буханка черного бородинского хлеба, 4 бульонных кубика "Галлина Бланка" или "Магги".

Бульонные кубики растолките, разведите кипятком до густоты сметаны, тщательно размешайте.

Тонко порезанные ломтики хлеба уложите на противень, смажьте бульонной массой и поставьте в нежаркую духовку минут на 15. Затем сухарики выньте, дайте немного остыть, острым ножом разрежьте на маленькие кубики и поставьте сушиться в более разогретую духовку.

ПИКАНТНЫЕ ГРЕНКИ

Мякоть черствого пшеничного хлеба нарежьте ломтиками толщиной 0,5 см, шириной 4-5 см, длиной 5-6 см. Быстро их поджарьте с одной стороны на смазанной маслом сковороде. Затем на поджаренную сторону выложите пикантную смесь и запеките в духовке.

Пикантную смесь можно приготовить следующим образом. Сыр натрите на терке, добавьте растопленное масло, перемешайте. Намазав на хлеб, посыпьте перцем.

Впрочем, к тертому сыру можно добавить горчицу, протертые томаты или яичные желтки.

ЛЕПЕШКИ С ТМИНОМ

Слоеное тесто (готовое или приготовленное любым удобным для вас способом) тонко раскатайте, вырежьте лепешки, положите на противень, посыпанный мукой или манкой, смажьте яйцом, посыпьте тмином и мелкой солью, сбрызните маслом. На слабом огне выпекайте в духовке до готовности.

КАРТОФЕЛЬНОЕ СОЛЕНОЕ ПЕЧЕНЬЕ

Вам понадобятся 4 картофелины, 100 г маргарина, 3/4 стакана муки, 2 яйца, соль, тмин или семена укропа.

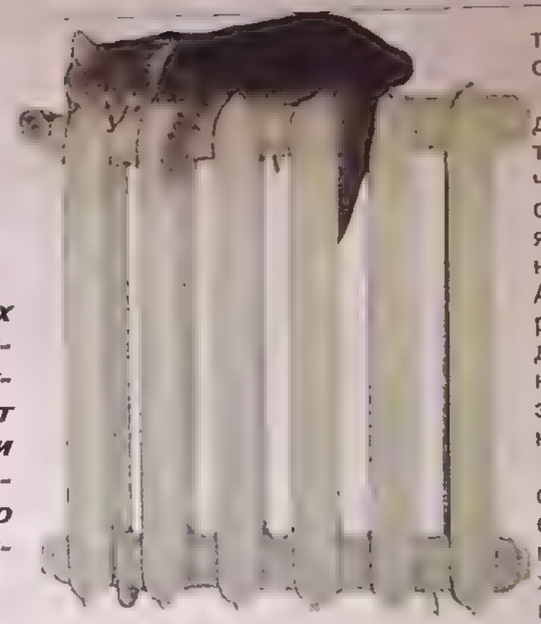
Картофель отварите, остудите, натрите на терке или пропустите через мясорубку. Добавьте маргарин, желтки, соль, тмин или укроп, муку и замесите крутое тесто.

Разделите его на 5 частей. Каждый кусок тонко раскатайте и нарежьте квадратами. Смажьте яичными белками, чуть присыпьте солью и тмином и выпекайте в духовке.

Антонина КОРЖОВА. с. Воскресенское Саратовской области.

РИСКОВАННОЕ ОТОПЛЕНИЕ

По российским нормам в жилых домах, подключенных к центральному отоплению, должна поддерживаться температура 20 градусов, а в угловых квартирах - 22 градуса. Однако тепловые сети страны давно износились. От холода не спасают ни намертво заклеенные окна, ни электрические обогреватели. Продрогшие граждане надеются решить проблему, меняя радиаторы парового отопления на импортные или устанавливая дополнительные батареи. В любом случае они сильно рискуют.



- Потребители, не зная технические характеристики и правила использования тех или иных отопительных приборов, устанавливают их в системы отопления, в которых они никоим образом не должны применяться, - объясняет заведующий лабораторией отопительных приборов НИИ сантехники **Виталий САСИН**. - Например, часто покупают радиаторы, рассчитанные на гораздо меньшее рабочее избыточное давление теплоносителя, то есть воды, чем принято для "родного" прибора данной системы отопления. В дальнейшем при опрессовке или гидравлических ударах в системе отопления эти приборы разрушаются, затопляя квартиры ни в чем не повинных соседей. Только около 60 процентов имеющихся на рынке радиаторов адаптированы к нашим условиям эксплуатации.

На российском рынке есть разные радиаторы - алюминиевые, стальные (панельные и трубчатые), чугунные и биметаллические (из стали и алюминия). Продавцы, нахваливая товар, обязательно обратят внимание на то, что радиатор прошел испытания в России и получил соответствующий сертификат, а значит, его можно смело покупать и греться. Однако надо учитывать, что испытания проводятся в тепличных условиях, так что на деле, особенно если не соблюдать правила эксплуатации радиатора, сертификат ничего не гарантирует.

- Алюминиевые радиаторы очень требовательны к качеству воды, особенно к кислотности. Происходит активное выделение водорода, и образовавшийся газ надо обязательно выпускать при помощи специального клапана, иначе радиатор может взорваться, - говорит **Николай ИВЛЕВ**, технический директор компании "Тайм". - Стальные панельные радиаторы можно использовать только в индивидуальном и малоэтажном строительстве, а для многоэтажных городских зданий с центральным отоплением они не годятся - не выдерживают гидравлического удара. Стальные трубчатые радиаторы российского производства можно устанавливать в любых помещениях, а более всего адаптированы к невысокому качеству воды чугунные радиаторы. Наиболее популярны сейчас биметаллические радиаторы.

Выбирая радиатор, обращайте внимание не только на его мощность и способность держать гидравлический удар, но и на гарантийный срок эксплуатации.

- Так как аварийные ситуации у нас не редкость, выгоднее покупать радиаторы с гарантийным сроком 5-10 лет, - советует **Константин ЛЮБОПЫТНОВ**, старший менеджер одного из интернет-магазинов климатической техники. - Продавцы обычно бесплатно меняют радиаторы в течение всего гарантийного срока, даже если они выходят из строя из-за аварий в теплосети. А при монтаже обязательно установите на трубах перемычки, которые при необходимости "отсекают" радиатор от системы отопления: если придется менять радиатор, не надо будет отключать стояк.

Как правило, фирма-продавец сама предлагает монтажные услуги, единственное, что требуется от заказчика, - обеспечить отключение стояков центрального отопления на время работы бригады. А поскольку монтаж каждого радиатора занимает полтора-два часа, отключающую организацию надо каким-то образом заинтересовать в улучшении ваших жилищных условий.

Дело в том, что в нашей стране в основном применяется однотрубная система отопления. То есть батареи всех жильцов, подключенных к одному стояку, последовательно "питаются" от одной трубы. И если вы установите в своей квартире более мощный или дополнительный радиатор, температура в других квартирах автóматически упадет. Соседи, разумеется, начнут жаловаться в жилищную контору. Оттуда придет слесарь и обнаружит, что вы самовольно установили новый радиатор, доложит начальству. А начальство потребует радиатор убрать - и будет право.

Перенос и установка нагревательных приборов - это "переоборудование жилых помещений", которое запрещено без разрешения специальных комиссий. Такие правила установлены повсеместно.

Алексей МЯСНИКОВ.

ПО СЛУЧАЮ ПОТЕРИ КОРМИЛЬЦА

Как устанавливается и выплачивается пенсия по случаю потери кормильца на детей, закончивших среднюю школу?

Надежда КОЧЕЛЕВА. г. Кирен, Бурятия.

пенсия в связи со смертью кормильца в соответствии с Федеральным законом "О государственном пенсионном обеспе-

инвалидами, имеющими ограничение способности к трудовой деятельности.

При этом иждивение детей умерших родителей предпола-

го пенсионного капитала умершего кормильца, учтенного по состоянию на день его смерти;

Т - количество месяцев ожидаемого периода выплаты тру-

семьи определяется по формуле:

СЧ = СЧп / КН,

где **СЧ** - размер страховой части трудовой пенсии по слу-

ПО СЛУЧАЮ ПОТЕРИ КОРМИЛЬЦА

Как устанавливается и выплачивается пенсия по случаю потери кормильца на детей, закончивших среднюю школу?

Надежда КОЧЕЛЕВА. г. Кирен, Бурятия.

В соответствии с Федеральным законом от 17 декабря 2001 года №173-ФЗ "О трудовых пенсиях в Российской Федерации" (в ред. Федеральных законов от 25.07.2002 №116-ФЗ, от 31.12.2002 №198-ФЗ) право на получение трудовой пенсии по случаю потери кормильца возникает независимо от продолжительности страхового стажа кормильца, а также от причины и времени наступления его смерти, за исключением случаев, если у умершего кормильца полностью отсутствует страховой стаж, а также в случае наступления его смерти вследствие совершения им умышленного уголовно наказуемого деяния или умышленного нанесения ущерба своему здоровью, которые установлены в судебном порядке, когда назначается социальная пенсия в связи со смертью кормильца в соответствии с Федеральным законом "О государственном пенсионном обеспечении в Российской Федерации".

Право на трудовую пенсию по случаю потери кормильца согласно ст. 9 Федерального закона "О трудовых пенсиях в Российской Федерации" имеют нетрудоспособные члены семьи умершего кормильца, состоявшие на его иждивении, в том числе дети умершего кормильца, не достигшие возраста 18 лет, а также дети, обучающиеся по очной форме в образовательных учреждениях всех типов и видов независимо от их организационно-правовой формы, за исключением образовательных учреждений дополнительного образования, до окончания ими такого обучения, но не дольше чем до достижения ими возраста 23 лет, или дети умершего кормильца старше этого возраста, если они до достижения возраста 18 лет стали инвалидами, имеющими ограничение способности к трудовой деятельности.

При этом иждивение детей умерших родителей предполагается и не требует доказательств, за исключением детей, объявленных в соответствии с законодательством Российской Федерации полностью дееспособными или достигших возраста 18 лет.

Размер трудовой пенсии по случаю потери кормильца определяется как сумма базовой части трудовой пенсии по случаю потери кормильца и страховой части трудовой пенсии по случаю потери кормильца и не может быть менее 660 рублей в месяц.

Размер базовой части трудовой пенсии по случаю потери кормильца устанавливается детям, потерявшим обоих родителей, или детям умершей одинокой матери (круглым сиротам) - 450 рублей в месяц (на каждого ребенка). Остальным детям - 225 рублей в месяц (на каждого).

Размер страховой части трудовой пенсии по случаю потери кормильца на каждого нетрудоспособного члена семьи определяется по формуле:

СЧ = ПК / (ТхК) / КН,

где **СЧ** - страховая часть трудовой пенсии по случаю потери кормильца;

ПК - сумма расчетного пенсионного капитала умершего кормильца, учтенного по состоянию на день его смерти;

Т - количество месяцев ожидаемого периода выплаты трудовой пенсии по старости, применяемого для расчета страховой части указанной пенсии, составляющего 19 лет (228 месяцев).

С 1 января 2002 года ожидаемый период выплаты трудовой пенсии по старости устанавливается продолжительностью 12 лет (144 месяца) и ежегодно увеличивается на 6 месяцев (с 1 января соответствующего года) до достижения 16 лет (192 месяца), а затем ежегодно увеличивается на один год (с 1 января соответствующего года) до достижения 19 лет (228 месяцев);

К - отношение нормативной продолжительности страхового стажа кормильца (в месяцах) по состоянию на день его смерти к 180 месяцам. Нормативная продолжительность страхового стажа до достижения умершим кормильцем возраста 19 лет составляет 12 месяцев и увеличивается на 4 месяца за каждый полный год возраста начиная с 19 лет, но не более чем до 180 месяцев;

КН - число нетрудоспособных членов семьи умершего кормильца, являющихся получателями указанных пенсий, установленных в связи со смертью этого кормильца по состоянию на день, с которого назначается трудовая пенсия по случаю потери кормильца соответствующему нетрудоспособному члену семьи.

Если трудовая пенсия по случаю потери кормильца устанавливается в связи со смертью лица, которому на день смерти была установлена страховая часть трудовой пенсии по старости или страховая часть трудовой пенсии по инвалидности, размер страховой части трудовой пенсии по случаю потери кормильца на каждого нетрудоспособного члена семьи определяется по формуле:

СЧ = СЧп / КН,

где **СЧ** - размер страховой части трудовой пенсии по случаю потери кормильца;

СЧп - размер страховой части трудовой пенсии по старости или трудовой пенсии по инвалидности, установленный умершему кормильцу по состоянию на день его смерти.

Размер страховой части трудовой пенсии по случаю потери кормильца не может быть менее размера страховой части трудовой пенсии по случаю потери кормильца, которая была первоначально назначена другим членам семьи умершего кормильца в связи со смертью того же самого кормильца.

Выплата трудовой пенсии по случаю потери кормильца производится детям, в том числе усыновленным, в первую очередь, наряду с супругом и родителями (усыновителями) умершего кормильца в равных долях.

Трудовая пенсия по случаю потери кормильца назначается со дня смерти кормильца, если обращение за указанной пенсией последовало не позднее чем через 12 месяцев со дня его смерти, а при превышении этого срока - на 12 месяцев раньше того дня, когда последовало обращение за указанной пенсией.

Екатерина РУДОВА, юрист.

Полоса подготовлена при участии экспертов журнала "Спрос"

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ!

ЧУДО-ПЕЧКА
По немецкой лицензии
ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

1790 рублей

Обогреет дом и дачу, **защитит** от неожиданных холодов парники и птичники, **приготовит** пищу. Не требует трубы дымохода и вытяжки. Практически не дает запаха, безопасна в эксплуатации, компактна.
Вес 5,5 кг. Работа без дозаправки 15 часов.
Топливо: дизельное (солярка), керосин.
Расход 2л/сут.

Цена чудо-печки указана с учетом доставки почтой.

ПРИГОТОВЛЮ САМ К СТОЛУ КАРБОНАТ И ВЕТЧИНУ!

С помощью этой коптильни всего за 1,5 часа вы сможете самостоятельно в домашних условиях приготовить деликатесы из мясных и рыбных продуктов и полуфабрикатов.

950 рублей

Габариты . . . . . 39,5 х 32,5 см
Масса . . . . . .5,3 кг

Цена домашней коптильни указана с учетом доставки почтой.

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ

☐ Чудо-печка
☐ Домашняя коптильня

ФИО
Полный адрес (с индексом)

Наш адрес: 101000, Москва, Главпочтамт, а/я 344, "ДА ВИА".

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ

ЧТОБ НЕ МУТИЛОСЬ ЗЕРКАЛО ДУШИ

Психотехника защиты от рака

Моя практика психоаналитика показывает, что сегодня большинство людей не умеют расслабляться. Я не говорю уже о более глубинной работе над своим внутренним "я" в состоянии медитации. А между тем человек, который хоть раз в день выполняет релаксационное упражнение, уже может считать, что надежно защищен от онкологических заболеваний.

Человек в расслабленном состоянии имеет доступ к глубинам своей души. А это означает, что если он увидит, что внутри души появился конфликт, то он его вовремя устранит. Расслабление можно сравнить с озером, у которого через толщу чистой спокойной воды можно увидеть дно, и если появляется какой-то предмет, мы его можем созерцать, вытащить - одним словом, делать с ним все, что хотим. А если водную гладь нарушит ветер и поднимутся волны, то мы утратим все эти возможности.

Но, повторяю, современный человек (особенно горожанин) не умеет расслабляться. Он так привык к своей зажатости на уровне мыслей, чувств и мышц, что уже считает это нормой, не замечает, как напряженные мышцы лица искажают мимику, создают преждевременные морщины и т.д.

Я приведу эффективное упражнение, которое поможет вам расслабиться и подготовиться к выполнению более сложных исцеляющих психотехник.

Релаксационное упражнение, предназначенное для выравнивания энергетического потенциала тела. Это [illegible] удобнее выполнять [illegible] если вы находитесь [illegible] или в месте, где нет [illegible]чить легкую медитативную музыку. Снимите кольца, украшения (для женщин) и часы.

✓ Итак, примите положение сидя или лежа. Закройте глаза. Ноги и руки не должны скрещиваться и соприкасаться.

✓ Внутренним взором полностью просмотрите ваше тело: в каком оно состоянии, какая часть не расслаблена, тяжелая, болезненная и т.п.

✓ Далее концентрируйтесь на большом пальце правой руки. Прочувствуйте, какой он по температуре. Концентрируйтесь на подушечке пальца и прочувствуйте ее, а потом и ноготь. Попытайтесь увидеть их изнутри и прочувствовать, насколько вам это удастся.

✓ Переведите внутренний взор на пространство между большим и указательным пальцами. Прочувствуйте это пространство.

✓ Переведите внутренний взор на указательный палец. Прочувствуйте, какой он по температуре. Концентрируйтесь на подушечке пальца и прочувствуйте ее, а потом и ноготь. Сравните предыдущие ощущения с ощущениями, которые испытываете сейчас.

✓ Далее переведите внутренний взор на пространство между указательным и средним [illegible]ствуйте его, какой он температуры. Концентрируйтесь на подушечке пальца и прочувствуйте ее, а потом и ноготь. Сравните предыдущие ощущения с ощущениями, которые испытываете сейчас.

✓ Переведите внутренний взор на пространство между средним пальцем и безымянным. Концентрируйтесь и запомните ощущения данного пространства.

✓ Переведите внутренний взор на безымянный палец. Прочувствуйте его, какой он температуры. Концентрируйтесь на подушечке пальца и прочувствуйте ее, а потом и ноготь. Сравните предыдущие ощущения с ощущениями, которые вы испытываете сейчас.

✓ Переведите внутренний взор на пространство между безымянным пальцем и мизинцем. Концентрируйтесь на данном пространстве и запомните ощущения.

✓ Переведите внутренний взор на мизинец. Прочувствуйте его, какой он по температуре. Концентрируйтесь на подушечке пальца и прочувствуйте ее, а потом и ноготь. Сравните предыдущие ощущения с настоящими.

✓ Переведите внутренний взор на правый локоть. Концентрируйтесь на суставе. Какой он [illegible]взор на большой палец левой руки и проведите такой же путь концентраций, как и по правому энергетическому каналу.

После концентрации на левом плече концентрируйтесь на ногах, потом на копчике, а потом на солнечном сплетении. Каждая концентрация продолжается до тех пор, пока в точке концентрации не почувствуете тепло, расслабление и легкую пульсацию.

В конце внутренне ощутите, до какой степени вы смогли расслабить тело. Если вам удалось расслабиться, вы готовы к выполнению психотехники по профилактике и избавлению от возможных первичных очагов онкологии.

После релаксационного упражнения выполните следующее **упражнение по установке биоэнергетической защитной сетки**.

Глаза закрыты. Концентрируйте свой внутренний взор на третьем глазе - он располагается между бровями в центре лба. Концентрацию продолжайте до тех пор, пока не появится легкая пульсация.

После этого представьте себе перед внутренним взором зеркало, в котором вы видите свой мозг (предварительно посмотрите, как выглядит мозг в литературе по анатомии). Сконцентрируйтесь на правом полушарии. Направьте на него пучок золотистой энергии, идущий у вас из третьего глаза, и, очищая полушарие, доведите его до чистого состояния золотистого цвета. Потом то же самое сделайте и с левым полушарием.

Когда полушария одинаково чисты и светятся, сконцентрируйтесь на темечке. Если его энергетический бугорок чист и светится, то работу по выравниванию энергетики полушарий можно прекратить.

Очищение темечка от отрицательных информационных программ. Бывает, что причиной серьезных заболеваний, в том числе и рака головного мозга, оказывается зомбирование со стороны. Проще говоря, опухоль мозга является результатом воздействия отрицательной информационной программы, находящейся долгое время в энергетическом пространстве мозга. Признаками зомбирования (программирования) человека являются следующие симптомы: боль в области темечка, неожиданная тошнота, наличие синдрома хронической усталости (вялость, повышенная температура, сонливость), ощущения потери памяти или хода мысли (часто нарушается ассоциативный ход мыслей).

При наличии этих признаков после психотехники по выравниванию энергетики полушарий активизируйте еще больше третий глаз (концентрацией на нем до легкой пульсации).

Концентрируйтесь на образе отрицательной программы (спираль, паукообразное изображение, воронка и т.п.). Дайте себе установку: "Обнаруженный образ увеличивается до размера комнаты", после чего входите в эту программу, [illegible]

техник.

Релаксационное упражнение, предназначенное для выравнивания энергетического потенциала тела. Это упражнение удобнее выполнять лежа. Но если вы находитесь на работе или в месте, где нет возможности прилечь, можете выполнять его и сидя. Для стимуляции энергетических вибраций и воображения (внутреннее видение) можете вклю-

пературе. Концентрируйтесь на подушечке пальца и прочувствуйте ее, а потом и ноготь. Сравните предыдущие ощущения с ощущениями, которые испытываете сейчас.

✓ Далее переведите внутренний взор на пространство между указательным и средним пальцами. Концентрируйтесь и запомните ощущения данного пространства.

✓ Переведите внутренний взор на средний палец. Прочув-

взор на мизинец. Прочувствуйте его, какой он по температуре. Концентрируйтесь на подушечке пальца и прочувствуйте ее, а потом и ноготь. Сравните предыдущие ощущения с настоящими.

✓ Переведите внутренний взор на правый локоть. Концентрируйтесь на суставе. Какой он по температуре? Мышцы и сухожилия вокруг сустава напряженные или расслабленные? Локоть легкий или тяжелый?

✓ Переведите внутренний взор на правое плечо. Прочувствуйте плечевой сустав. Какой он по температуре? Мышцы и сухожилия вокруг сустава напряженные или расслабленные? Плечо легкое или тяжелое?

✓ Переведите внутренний

ся между бровями в центре лба. Концентрацию продолжайте до тех пор, пока не появится легкая пульсация.

После этого представьте себе перед внутренним взором зеркало, в котором вы видите свой мозг (предварительно посмотрите, как выглядит мозг в литературе по анатомии). Сконцентрируйте внимание на темечке. Если оно чистое и светится, то упражнение можно завершить. Но в случае патологии, зомбирования (программирования со стороны) в этой зоне светящийся бугорок будет разорван, также может быть воронка или темная спираль. Энергетический признак начала онкологического заболевания мозга - это воронка или паукообразное темное изображение в правом или левом полушарии.

Если вы обнаружили темные пятна, воронку или другие энергетические признаки ненормальной работы головного мозга, то приступайте к выравниванию энергетики полушарий.

рацией на нем до легкой пульсации).

Концентрируйтесь на образе отрицательной программы *(спираль, паукообразное изображение, воронка и т.п.). Дайте себе установку: "Обнаруженный образ увеличивается до размера комнаты", после* чего входите в эту программу, предварительно дав себе еще одну установку: "Я - в режиме "Сито". Информация пролетает сквозь меня, не задевая мою энергетическую сущность. Информация данной программы для меня не опасна".

Изучите программу изнутри (кто ее создал, какова ее цель, из чего она состоит). После изучения структуры программы представьте, что она превращается в листочек бумаги, на котором написана вся отрицательная информация. Бросьте бумагу в воображаемый костер. Чужеродная, вредная программа сгорела...

Андрей САРАКУЛ, психоаналитик.

ГЛАЗА НЕ ВРУТ

Почему при встрече с человеком мы смотрим ему в глаза? Как утверждают ученые, взгляд часто выражает характер и чувства индивидуума. Не зря же говорят, что глаза не врут. Их цвет, форма отражают не только состояние здоровья, но и душевные свойства их обладателя.

Зеленый цвет означает нежность. Такие глаза не могут быть у ненадежного человека. При этом зеленоглазым всегда остро не хватает любви. И поверьте, на искреннее и сильное чувство они ответят безграничной преданностью.

Голубые глаза обманчивы. И не нужно искать в них мечтательность и наивность. Как правило, их обладатели - люди волевые, целеустремленные и, как принято теперь говорить, самодостаточные.

Черные глаза - признак страстности натуры. Людей с такими глазами не удержать: если уж им что-то приспичит, то ничто остановить их не сможет.

Серые глаза говорят о любознательности. Людям с такими глазами везет и в любви и почти во всех прочих областях жизни.

Что касается **карих** глаз, то здесь важен оттенок. **Светло-карие** говорят о рассудочности человека, его прагматичности, **темно-карие**, напротив, свойственны людям с чувственным темпераментом: они не всегда знают, чего хотят, так более не знают, какими путями могут добиться того, чего хотят, но порывисты и чрезмерно вспыльчивы.

По крайней мере, так считают специалисты. А вы, если захотите, легко можете проверить.

Владимир МИХАЙЛОВ.

НАДУВНОЙ МАТРАЦ-КРОВАТЬ

Идеален для отдыха на воде, на пляже, в лесу, дома. Флокированный (приятная на ощупь бархатная поверхность), водонепроницаемый, компактный.

- **Большой** (203x183 x13см) **Цена - 1650 р.**
- **Средний** (203x152x13см) **Цена - 1500 р.**
- **Малый** (191x137x13см) **Цена - 1350 р.**

НАСОС ДЛЯ МАТРАЦА И БАССЕЙНА

- **Цена 490 руб.**

НАДУВНОЙ БАССЕЙН

Спасет от изнуряющей жары. Имеет удобное расположение отверстия для слива воды. Прочный надувной пол обеспечивает дополнительную подушку.

- **Бассейн надувной**, 229x56 см. **Цена 1990р.**
- **Бассейн надувной**, 152x56 см. **Цена 1290р.**

ЗАКАЗЫВАЙТЕ наложенным платежом

☐ Матрац большой ☐ Бассейн 229x56 см
☐ Матрац средний ☐ Бассейн 152x56 см
☐ Матрац малый ☐ Насос

ФИО
Полный адрес (с индексом)

Наш адрес: 101000, Москва, Главпочтамт, а/я 344, "ДД-0804"

ТОВАР ВЫСЫЛАЕТСЯ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ

Поварешка

СЛАДКИЕ ШАРИКИ

Меня зовут Марианна, мне 12 лет. Я очень люблю готовить и посылаю вам несколько вкусных рецептов.

ПРАЗДНИЧНЫЕ ПИРОЖНЫЕ

Возьмите 100 г сахара, 200 г кокосовой стружки, 300 г творога, какао-порошок.

Смешайте сахар, стружку и творог до однородной массы. Затем сделайте из этой массы много-много шариков. Быстро обваляйте шарики в какао, слегка сплющите и выложите в вазочку на бумажную салфеточку.

РАЗНОЦВЕТНЫЕ ШАРИКИ

Возьмите 250 г сырковой массы, 3 чайные ложки какао, 200 г сухого печенья, разноцветную сахарную стружку. Смешайте сырковую массу с какао. Затем разломите печенье на мелкие кусочки и добавьте в смесь. Когда масса станет однородной, сделайте много-много шариков и обваляйте их в разноцветной сахарной стружке и выложите в вазочку.

Марианна ЩИГОРЕВА.
с. Золотуха
Алтайского края.

Напишите мне письмо!

Привет! Меня зовут Катя. Мне 11 лет. Учусь в 6-м классе. Люблю читать книги, гулять, слушать музыку. Хочу найти друзей 10-12 лет. Отвечу всем!

Пишите мне по адресу:
141343, Московская обл., Сергиевопосадский р-н, с. Кузьмино, д. 27, кв. 29. Воловой Кате.

Напишите мне письмо!

Привет всем! Меня зовут Марина. Мне 13 лет. Хочу найти друзей по переписке. Люблю писать письма. Пишите, девчонки и мальчишки, все, кому не лень. Возраст значения не имеет. Присылайте фото, если нужно, верну. Отвечу всем без исключения.

Мой адрес: ***666687, Иркутская область, г. Усть-Илимск, ул. Ф. Энгельса, дом 29, кв. 129. Марине.***

ВНИМАНИЕ, КОНКУРС!

СКАЗОЧНАЯ СТРАНА

Учебники бывают разные. Простые, сложные, интересные и не очень. А еще бывают сказочные учебники. Не в том смысле, что в них учат, как чудеса делать, а в том, что ученики попадают в волшебную страну под названием Речь, в которой живут разные части речи - добрый волшебник Имя Существительное, его дочка - художница Имя Прилагательное, очень деятельный дядюшка Глагол и многие-многие другие. Написала сказку про эту волшебную страну детская писательница Татьяна РИК.

И сегодня в "Детской комнате" "Друга дома" мы проводим сказочную викторину. А три победителя, приславшие до **1 апреля 2004 года** самые интересные и правильные ответы, получат в подарок один из таких веселых учебников.

1. Назови как можно больше сказочных котов и кошек, а также сказки, повести и рассказы, в которых они живут.

2. Герой какой сказки побывал и в Цветочном, и в Солнечном городе, и даже на Луне?

3. Следы какого дикого зверя изучал Винни Пух?

4. Кто из писателей-сказочников записал историю про бременских музыкантов?

5. Чего больше всего боялась злая волшебница Бастинда?

Давай начистоту

СЕКРЕТ УДАЧНОЙ ВЕЧЕРИНКИ

Всегда хочется, чтобы вечеринка с друзьями прошла весело и приятно. Поэтому, отправляясь в гости или приглашая друзей к себе, воспользуйтесь советами Ирины ЮСОВОЙ.

рировать гостям новые игры. Всей компанией за монитор все равно не усядешься. Так что двое-трое будут играть, а остальные - скучать за спинами

могут выделить родители. Если ты идешь к близкому другу, то, скорее всего, прекрасно знаешь его вкусы. У хорошего приятеля можно и поинтересовать-

тебе неприятен, не дуйся как мышь на крупу и не строй кислое лицо. В конце концов это - праздник твоего друга, уважай его вкусы и желания. А с "недругом" надо быть вежливым и корректным - не порть хозяину праздник.

Развлекать, конечно, дело пригласившего. Но если у тебя есть какие-нибудь замечательные идеи и игры, поделись

СЕКРЕТ УДАЧНОЙ ВЕЧЕРИНКИ

Всегда хочется, чтобы вечеринка с друзьями прошла весело и приятно. Поэтому, отправляясь в гости или приглашая друзей к себе, воспользуйтесь советами психолога Надежды НОСОВОЙ.

ПРАЗДНИК У ТЕБЯ

Прежде чем приглашать друзей - на день рождения или по иному поводу, - стоит все-таки узнать у родителей, как они к этому отнесутся. И совершенно незачем умолять "предков" уйти и представить вам полную свободу. В конце концов это и их дом тоже, а вам для развлечений могут представить одну из комнат. Много гостей звать не нужно. Во-первых, тогда вся компания неизбежно разобьется на парочки и троечки, начнутся отдельные тусовки по углам, и хорошей вечеринки не получится. Во-вторых, хороший хозяин всегда угощает гостей. А тебе предстоит делать это за родителей - так что посоветуйся с мамой, какое количество твоих друзей она может принять и покормить. Хорошо, если ты поможешь ей в приготовлении угощения - и маме легче, и перед друзьями можно немножко похвастаться своими кулинарными талантами.

Больше 6-7 человек приглашать не стоит - вряд ли у тебя найдется больше близких друзей. А если ты хочешь отметить день рождения со всеми одноклассниками разом, ограничься тортиком и конфетами после уроков.

Желательно, чтобы компания была однородной, все друг друга знали. Иначе большая часть вечера уйдет на процесс знакомства и привыкания друг к другу, и все твои гости будут чувствовать себя немного неловко. Да и количество девочек-мальчиков должно быть примерно равным - единственный представитель противоположного пола будет ощущать себя неуютно, и никакой радости для него в этой вечеринке не будет.

Незачем устраивать шикарный стол. Ведь гости (если это твои постоянные друзья) приходят, чтобы приятно провести с тобой время, а не пообедать. И не нужно накрывать стол заранее. Лучше или организовать фуршет, или где-то в середине вечера накрыть стол для чая с тортиком.

Постарайся сделать так, чтобы твои гости чувствовали себя комфортно. Не забудь напомнить, чтобы сменную обувь они принесли с собой. Тапочек на всех у тебя все равно не найдется, а такая мелочь может испортить твоему другу весь вечер. И уж тем более не кричи, что к этому буфету подходить нельзя, а книги на полках руками не трогают. Если тебя беспокоит судьба хрустальной вазы или раритетного издания - убери их с глаз долой.

Гости пришли к тебе, на твой праздник. Но было бы нелепо требовать от них, чтобы они тебя развлекали, потому что именно ты - "герой дня". Ты, в первую очередь, хозяин. И развлекать гостей - твоя прямая обязанность. Программу праздника стоит обдумать заранее. Можно даже обратиться за помощью и советом к родителям.

Но праздник - не урок. Если твои друзья хотят внести свои изменения и предложения - к ним нужно прислушаться.

Можешь составить забавные приглашения для гостей - и лучше, если нарисуешь и придумаешь текст для них самостоятельно, а не будешь покупать готовые. Если у тебя дома есть компьютер - лучше не демонстрировать гостям новые игры. Всей компанией за монитор все равно не усядешься. Так что двое-трое будут играть, а остальные - скучать за спинами счастливчиков. А вот хорошие настольные игры вполне можно подобрать и на всю компанию. Из наиболее интересных можно посоветовать бессмертную "Монополию" ("Менеджер" - ее упрощенный вариант), "Найти преступника" или специализированные игры по истории и культуре. Но ориентироваться надо не на свои личные предпочтения, а на всех друзей.

Если ты придумываешь какие-то конкурсы и соревнования, позаботься заранее о том, чтобы победители получили призы. А чтобы остальные не обижались - их тоже следует поощрительно наградить.

Музыку для вечеринки стоит отобрать заранее, чтобы в последний момент не рыться на полках с кассетами. И помни: всякий праздник хорош, когда он заканчивается вовремя. Продолжительность вечеринки не должна быть больше 5 часов. Потом все уже устанут и будут кисло слоняться из угла в угол.

И не требуй от гостей, чтобы они мыли вместе с тобой посуду или убирали игрушки. Если ты не будешь на этом настаивать, велика вероятность того, что у тебя найдутся добровольные помощники.

А провожая гостей, не забудь поблагодарить каждого за приятно проведенное время и полученный подарок.

ПРАЗДНИК У ДРУЗЕЙ

Если тебя приглашают в гости, тут же встают вопросы: что надеть, что подарить? Все они не являются такими уж страшными и неразрешимыми.

Сначала о подарке. В первую очередь следует исходить из той суммы, которую тебе могут выделить родители. Если ты идешь к близкому другу, то, скорее всего, прекрасно знаешь его вкусы. У хорошего приятеля можно и поинтересоваться, что именно он или она хочет получить на день рождения - ничего неприличного в этом нет. Гораздо хуже, если ты делаешь подарок, которым потом никто пользоваться не будет. Если твой друг хочет получить какую-то дорогую вещь, можно объединиться и сделать один подарок от 3-4 человек.

Помни: подарок должен порадовать именинника. Идеальные варианты - хорошая книга или CD-диск по той теме, которая интересует твоего друга, кассета с любимой записью. Любителю рисования можно подарить хорошие профессиональные краски, а девочке-рукодельнице - альбом с красивыми вышивками.

Дарить деньги со словами "сам купи что хочешь" - неприлично. Это свидетельствует о твоем невнимании и неуважении к другу.

Если ты идешь на день рождения, цветы можно дарить и мальчику, и девочке. Неплохо также, если ты купишь букет и его маме - ведь это и ее праздник тоже.

Одеваться конечно же надо празднично. В красивом наряде также проявляется твое уважение к имениннику. Но наряжаться так, чтобы не смочь бегать, прыгать и играть, - незачем. Любой парадный костюм не должен лишать тебя комфорта. Это же одежда, а не рыцарские доспехи. Не забудь прихватить тапочки или туфли для дома - скорее всего, у хозяина на всех не хватит.

Если в гостях присутствует человек, который тебе неприятен, не дуйся как мышь на крупу и не строй кислое лицо. В конце концов это - праздник твоего друга, уважай его вкусы и желания. А с "недругом" надо быть вежливым и корректным - не порть хозяину праздник.

Развлекать, конечно, дело пригласившего. Но если у тебя есть какие-нибудь замечательные идеи и игры, поделись ими с товарищами.

Ты приходишь в гости, чтобы порадовать друга, а не налопаться именинных пирогов. Поэтому перед выходом из дома лучше все-таки пообедать. И даже если тебе не нравится торт, незачем громогласно заявлять: "Какая тошнотина!"

А вот отметить вкусные блюда надо обязательно - это будет приятно и пригласившему тебя, и его маме. Она ведь наверняка старалась угостить вас получше.

Не дожидайся того момента, когда хозяева устанут от тебя и вынуждены будут вежливенько указать на дверь. В любой компании всегда четко виден момент, когда нужно закругляться. Перед уходом можешь предложить свою помощь в уборке и мытье посуды, но не навязываясь.

А уходя, обязательно поблагодари друга и его родителей за хороший праздник и угощение.

Напишите мне

Привет всем! Меня зовут Натаха. Мне 14 лет. Я обожаю слушать "Авто-Радио", серьезно занимаюсь рисованием (хожу в художественную школу). А еще мне нравится читать и переписываться. И если ты интересный человек и тебе есть о чем писать, то беги скорее за листком бумаги и ручкой и пиши мне независимо от твоего пола и возраста. Ответ гарантирован при любом количестве писем.

Мой адрес: 346310, Ростовская обл., г. Зверево, ул. Чапаева, д. 127. Дмитровой Наталии.

ГЕРАНИ НА ЛЮБОЙ ВКУС

Расскажите о геранях. Слышала, что существуют древовидные герани. Правда ли это? Какие еще бывают виды?

Наталия РАДИОНОВА. Москва.

Пеларгония садовая

Конечно, правильное название этих растений - пеларгонии, но все так привыкли считать их геранями, что подобные названия встречаются даже в справочниках. Древовидных разновидностей этих растений не бывает. Со временем нижняя часть стеблей может стать прочной, как дерево, но это лишь признак старения.

Всего в природе известно более 280 видов пеларгоний, но в качестве декоративных растений используют только некоторые разновидности.

Наиболее распространенный вид - **пеларгония садовая** (зональная). В странах с теплым климатом ее действительно выращивают в садах, но на большей части России этот вид - исключительно комнатное растение. Пеларгонию садовую отличает характерный рисунок листьев - разноцветные окружности (зоны). Они могут быть слегка заметными или ярко окрашенными. Кусты достигают высоты 50-70 сантиметров, цветут на протяжении всего лета.

Пеларгония домашняя (крупноцветковая, царская). Цветки этого вида более крупные, чем у пеларгонии садовой. Они могут достигать в диаметре 5 сантиметров, а их окраска, как правило, более яркая и разнообразная. Однако время цветения этого растения короче, с начала весны до середины лета.

Пеларгония душистая (розовая). Отличительный признак этого вида - обилие душистых эфирных масел, содержащихся во всех частях растений. Листья резные 3-5-лопастные. Высота растений - до 1 метра. При малейшем прикосновении цветок источает аромат, напоминающий запах розы или лимона. Однако это свойство может оказаться вредным для людей, страдающих аллергией.

Пеларгония щитовидная - растение со стелющимися или свисающими стеблями. Этот вид обычно используют для выращивания в подвесных кашпо. Листья пятиугольные, лепестки окрашены в белый, розовый и различные вариации красного цвета.

Пеларгония домашняя

Пеларгония душистая

ТОВАРЫ - ПОЧТОЙ

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор "Золушка" на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1197 р.**

Инкубатор "Золушка" на 70 яиц (220В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1023 р.**

Инкубатор "Золушка" на 100 яиц (220В, ручной переворот яиц) **933 р.**

Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1753 р.**

Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **1096 р.**

Озонатор (220/12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1535 р.**

Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1540 р.**

Цена включает все затраты и действительна **до 29.02.2004 г.**

ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, телефон 8-383-2-74-04-42.

ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3

220 В, 1,5 кВт - от 11500 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - от 5400 р.

М. Ленинский просп., 5 Донской пр-д, 21б, проходная ЭНИМС

Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

МНОГОЛИКАЯ НЕДОТРОГА

Разрыв-трава, "Банькомокрый", прыгун, недотрога,

Как-то я оказалась в горах, где на каждом шагу мне попадались бонсаи, созданные природой. Тут не было рук цветовода, не было ничего искусственного, и это было красиво. Не пышно, иногда очень скупо - кусочек мха на камне, веточка папоротника, сосенка или елочка, выросшие из семечка, занесенного под камень. Расти деревцу было непросто, почвы было мало, зимой дул сильный ветер, деревце, чтобы удержаться на своем месте, охватывало корешками камень, питалось росой в летние засушливые вечера, использовало любую малость для того, чтобы крепчать, взрослеть и достичь своей главной задачи - дать семена. Вот вам и бонсай.

КРАСИВЫЙ ЦВЕТОК С УЖАСНЫМ ЗАПАХОМ

У меня растет пальма называется аморфофалос. Но на зиму она сбрасывает листья. Это нормальное явление?

Наталья ГУЗЕЕВА

МНОГОЛИКАЯ НЕДОТРОГА

Разрыв-трава, "Фейерверкер", прыгун, недотрога, бальзамин, огонек - вот сколько названий у этого популярнейшего и неприхотливого растения, известного многим поколениям цветоводов.

Происходит бальзамин из тропической Африки и имеет ботаническое название импациенс - бальзамин султанский. Свое русское название "недотрога" этот род получил от дикого растения недотроги железолистной.

Вы наверняка знаете это растение, оно нередко встречается на заброшенных огородах, вдоль проселочных дорог и имеет крупные цветки и семенные коробочки, которые лопаются от прикосновения.

В настоящее время выведено большое количество гибридов и сортов, различающихся по высоте, окраске, размеру и степени махровости цветка. Существуют даже пестролистные сорта.

Бальзамин можно выращивать не только в комнате или на балконе, но и в цветнике на вашей даче. Если высадить цветущую рассаду в июне, то она будет цвести непрерывно до самых заморозков.

Обильно цвести "Ванька мокрый" будет лишь при хорошем уходе и достаточном освещении. В первую очередь необходим регулярный полив. В жаркую погоду он особенно нужен растениям, обитающим в контейнерах и кашпо. Необходимы также подкормки комплексными минеральными удобрениями.

Обычно выращивание молодых растений не вызывает трудностей, нужно только периодически прищипывать концы побегов, чтобы усилить ветвление. Однако зимой в теплом сухом помещении бальзамин может сбросить листья. Если это случилось, то для возобновления былой привлекательности все оголившиеся побеги значительно подрежьте. Верхушки можете поставить в вазу и, когда они дадут корни, посадить в горшок.

С трехлетнего возраста бальзамины теряют способность обильно цвести, и их нужно заменять новыми, молодыми, выращенными из черенков. Многие цветоводы этого не знают, и часто можно видеть на окнах старые разросшиеся экземпляры бальзамина, на котором изредка появляются единичные цветочки.

Анна ЯНИНА, фитодизайнер.

Раздел ведет обозреватель "Друга дома" - агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ

Как-то я оказалась в горах, где на каждом шагу мне попадались бонсаи, созданные природой. Тут не было рук цветовода, не было ничего искусственного, и это было красиво. Не пышно, иногда очень скупо - кусочек мха на камне, веточка папоротника, сосенка или елочка, выросшие из семечка, занесенного под камень. Расти деревцу было непросто, почвы было мало, зимой дул сильный ветер, деревце, чтобы удержаться на своем месте, охватывало корешками камень, питалось росой в летние засушливые вечера, использовало любую малость для того, чтобы крепчать, взрослеть и достичь своей главной задачи - дать семена. Вот вам и бонсай. Маленькое, но явно взрослое дерево с толстеньким стволиком, изогнутым в борьбе с ветрами, толстые корни его охватывают камень, а в корнях набилось немного земли, и в этой земле застряли и прижились семена трав, споры папоротников и мха. Удивительное зрелище!

БОНСАИ РАСТУТ ПОД НОГАМИ

Первое впечатление от бонсаев - калечат растения, а потом любуются уродцами, второе - однако эти уродцы выглядят здоровенькими и ухоженными и буквально завораживают своими удивительными формами.

Для выращивания бонсаев есть способы, более или менее описанные в книгах. Можно купить в магазине фикус и делать что-то с ним. Но можно пойти и другим, на мой взгляд, более интересным путем. Вокруг нас множество деревьев, и они очень красивы. Везде растут клены, туи, декоративные яблони, боярышник. Семена этих растений достаточно хорошо всходят после стратификации. Очень легко всходят семена обычного граната. У меня на застекленной лоджии вырос виноград из косточки. Пока все мои растения еще очень молоды. Но они растут, развиваются, формируются, и я получаю массу удовольствия, общаясь с ними.

Весна на моей лоджии начинается значительно раньше, чем на улице. Зеленеют верхушки у можжевельников, появляются свечечки у сосенок и елочек, тоже выросших из семян, правда, тут пришлось приложить побольше усилий. Набухают почки у липок и кленов. Приходит пора пересадки, подбора плошек, благо сейчас появились в продаже очень разные и красивые цветочные горшки. Потом оттаивает земля на улице и текут весенние ручьи, и можно поискать красивые камни для оформления горшков, а также кусочки мха, выросшие где-нибудь на сыром куске бетона около дома. И так шаг за шагом творится свое собственное чудо...

Наталия МИХАЙЛОВА.

С УЖАСНЫМ ЗАПАХОМ

У меня растет пальма, называется аморфофалюс. Но на зиму она сбрасывает листья. Это нормальное явление?

Наталья ГУЗЕЕВА. Новосибирск.

Аморфофалюс - это не пальма, а клубневое растение из семейства ароидных. Лист оно образует только один, но он настолько резной, что складывается впечатление, что это целая крона. Внешне растение действительно похоже на пальму. Каждый год аморфофалюс впадает в период глубокого покоя. При этом его единственный лист отмирает, но в почве остается клубень.

В комнатных условиях аморфофалюс довольно часто цветет, что, впрочем, мало кого радует. Дело в том, что цветок этого растения источает "аромат" тухлого мяса. В природе аморфофалюс опыляют мухи, вот растение и старается им угодить. Впрочем, если не обращать внимания на запах, то внешне цветок выглядит впечатляюще: высота до полутора метров, темно-бордовое покрывало, длинное початковидное соцветие.

НАСТОЯЩИЙ МУЖЧИНА

Мужчины в 1,5 раза чаще гибнут от рака, в 2,5 раза - от болезней органов дыхания и пищеварения, в 3 раза - от инфаркта.

Они на 10 лет раньше начинают болеть и умирают от хворей на 5 лет раньше.

Одинокие мужчины болеют и умирают чаще, чем семейные, однако еще летальнее эти показатели у разведенных мужчин.

Отчего?

Во-первых, современной наукой доказано, что мужской пол, начиная с зародышей, менее жизнеспособен, чем женский.

Во-вторых, сказывается "мужской" образ жизни: резкие переходы от суперактивности на работе к безделью в быту, курение, алкоголь, избыточный вес, наконец, секс.

Зачем?

До 22 лет мужчины, как правило, учатся, служат в армии, приобретают какую-нибудь профессию или что-нибудь в этом роде.

Только к 30 годам мужчина становится полноценным работником, а к 40 достигает потолка своих жизненных возможностей.

Жить бы ему и далее без забот и волнений. Но, к сожалению, начиная с 20-летнего возраста мужская энергия по-

Откройте своё дело

Как начать, выбрать дело, найти все нужное и зарабатывать?
Об этом - в сборниках издательства "Радар" (Москва, 2-е издание, 2003 г.)

"Как открыть свое дело":

- **Одному** (70 вариантов, постоянный доход 5-50 т. р. в месяц) - ц. 90 р.
- **Семье, коллективу** (85 вариантов, доход 10-250 т. р. в месяц) - ц. 110 р.
- **В селе, частном доме, на даче** (80 вар-ов, 5-150 т. р. в месяц) - ц. 80 р.
- **За счет фирм** (Вы - их представитель, их филиал у Вас, оборудование бесплатно и в лизинг, товар на реализацию, бизнес под ключ, работа за рубежом. Всего - 510 предложений фирм) - ц. 120 р
- **Оборудование для малого бизнеса** (542 вида от бытовых до домашних мини-цехов; характеристики, цены, все об изготовителе) - ц. 110 р.
- **С чего начать** (регистрация, лицензии; льготные кредиты, аренда, малые налоги, школы и курсы своего дела, секреты успеха) ц. 80 р

Содержат планы действий, затраты, доход, цены, адреса, телефоны, советы. Рекомендованы Союзом предпринимателей. Часть - практически без начальных фин. затрат

Закажите: на почт. открытке у нашего распространителя по адресу: **607220, г. Арзамас, пр. Ленина, 164, Инфоцентр "Алмаз", отдел 13-8.**

Оплата при получении наложенным платежом на почте
Стоимость доставки - 7 руб. + 5% от цены заказа.

КАЛЬКУЛЯЦИЯ МУЖЧИН

Среди населения Земли мужчины составляют в среднем 51 процент. При том что на 100 девочек рождается 105 мальчиков. С возрастом это соотношение разительно меняется. Например, в 20-30 лет численность мужчин и женщин уравнивается, но уже после 40 лет на 1000 мужчин приходится 1764 женщины, а старше 60 лет - представителей сильного пола становится в 2,5 раза меньше. Почему?

Организуйте, анализируйте, создавайте и общайтесь одновременно

Персональный компьютер QUATRUM
на базе процессора Intel® Pentium® 4
с технологией HT

261-3401 contacts@pclife.ru

ТЕХНОСОФТ – Компьютерный центр Ⓜ Бауманская, ул. Старая Басманная, д. 29

Логотипы Intel Inside® и Pentium® являются зарегистрированными товарными знаками Intel Corporation

ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ!

Преобразователь электрической энергии «КАРАСЬ»

ТЕХНОСОФТ – Компьютерный центр Ⓜ Бауманская, ул. Старая Басманная, д. 25
Логотипы Intel Inside® и Pentium® являются зарегистрированными товарными знаками Intel Corporation

ботником, а к 40 достигает пятая своих жизненных возможностей.

Жить бы ему и далее без забот и волнений. Но, к сожалению, начиная с 20-летнего возраста мужская энергия постепенно тает, клетки стареют, гормоны исчезают, и хочешь не хочешь - страдает мужское достоинство. Большинство мужчин в возрасте 55-60 лет действительно "уходят в отставку".

Однако некоторые перезрелые жизнелюбы, пытаясь доказать, что они еще "в соку", бросаются на склоне лет в омут любовных похождений. При этом они, словно утопающий за соломинку, хватаются за достижения науки, отчаянно стимулируют себя лекарствами типа виагры и... досрочно заканчивают жизнь от инсульта или инфаркта. Это в лучшем случае, хуже - стать неполноценным.

Что делать?

Вовремя остановиться!

Вот почему наиглавнейшим становится вопрос: какие показатели должны быть у мужчины средних (40-60) лет, которые позволят ему быть спокойным за состояние своего здоровья, по крайней мере, в ближайшие годы.

Наиболее существенными принято считать три показателя.

Первый. Индекс массы тела (получается путем деления веса в килограммах на возведенный в квадрат рост человека в метрах).

Например, вес 70 кг при росте 1,5 м дает цифру 31,1 (70:2,25). Если эта цифра ниже 15 - болезненная худоба, 15-19 - вес ниже нормы, 20-25 - норма, 26-30 - вес выше нормы, 31-40 - ожирение, больше 40 - патология.

Выше и ниже средних цифр наблюдается увеличение риска, хотя причины смерти различны: при низком индексе - в основном злокачественные новообразования, при высоком - сердечно-сосудистые заболевания.

Второй. Систолическое ("верхнее") артериальное давление - 115-125 мм рт.ст. При более высоком давлении растет риск смерти, однако и при более низком давлении наблюдается повышение риска, хотя и в меньшей степени.

Третий. Холестерин в крови - 190-210 мг/дл (4,9-5,5 ммоль/л). При повышении содержания холестерина до 230 мг/дл (6,0 ммоль/л) наблюдается незначительное повышение, а при дальнейшем увеличении - быстрое нарастание риска смерти.

Олег ЛЮБИН.

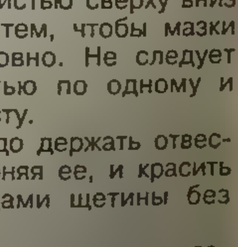
ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ!

Преобразователь электрической энергии «КАРАСЬ»

Предназначен для отлова рыб-производителей, больной, сорной рыбы без причинения вреда рыбе и окружающей среде. Принцип работы основан на анодной реакции рыб.

Технические характеристики

Напряжение питания	12В (аккумуляторная батарея)
Максимальная мощность	400 Вт
Радиус действия	до 4 метров
Габаритные размеры	190x116x68 мм
Масса	0,8 кг
Регулируемая частота и скважность.	
Изделие сертифицировано.	Гарантия 1 год.
	Отпускная цена 1280 руб.
Возможна отправка по почте наложенным платежом.	*Заявки по адресу:*
Стоимость 1540 руб. (цена прибора + почтовые сборы + оплата перевода).	630129, г. Новосибирск 129, а/я 80 ООО «ОЛСА-СЕРВИС» Тел. 8 (383-2) 74-04-42



ДВЕРИ СТАНУТ КАК НОВЫЕ

Наверное, потому, что в каждом доме дверь занимает видное место, приходится уделять повышенное внимание ее внешнему виду. И однажды с огорчением замечаешь, что время и на ней оставляет свои отметины: кое-где потрескалась краска, появились трещины, "запели" петли... Пора ремонтировать.

Собираясь покрасить дверь, нужно вначале проверить, хорошо ли она закрывается, не осела ли, как держат шурупы. Причины оседания двери могут быть разные.

Если плохо держат шурупы, их необходимо вывернуть и заменить более длинными. Иногда надо даже передвинуть петли - перенести их выше или ниже.

Дверь может осесть из-за того, что истерлись нижние части петель. В этом случае с помощью клиньев дверь подгоняют вплотную к верхнему брусу коробки, чтобы определить расстояние между исправными петлями. Затем из полосовой стали сгибают кольцо по размеру штыря петли. Дверь снимают, на штырь надевают кольцо, машинным маслом, тавотом или вазелином смазывают петли и ставят дверь на место.

Если старая дверь рассохлась, ее снимают с петель и поправляют легкими ударами молотка. После чего на обе стороны, на все четыре угла, привинчивают уголки. А чтобы они не были видны, стамеской выдалбливают углубления, соответствующие величине уголков. Установив их, заделывают замазкой для древесины.

Прежде чем приступить к покраске, нужно очистить старую краску, заделать щели, дверь после этого помыть и дать ей хорошо просохнуть. Только после этого прошпаклевать.

Шпаклевку можно изготовить самим. В ее состав входит: олифа - 1 кг, сиккатив - 50 г, клей (10-процентный раствор) - 200 г, мыло хозяйственное - 20 г, молотый мел - до получения рабочей вязкости.

Когда шпаклевка подсохнет, поверхность двери следует протереть пемзой и наждачной бумагой, а затем загрунтовать. При грунтовке нужно кисть водить не в одном направлении, а вдоль и поперек. Если после этого на поверхности остались темные полосы или пятна, следует грунтовку повторить.

После просушки поверхность грунтуют олифой, чтобы увеличить сцепление с краской. В данном случае долговечность красочного покрытия в большой степени зависит от качества олифы. Проверить его можно следующим образом.

Тонким ровным слоем нанесите олифу на кусок стекла и поставьте его под углом 45 градусов. Олифа стечет, оставив на стекле тончайший слой. Через 12 часов хорошая олифа высохнет настолько, что при легком прикосновении пальцем на ней не останется и следа.

Через 24 часа пленка окончательно высохнет. При этом она должна быть прозрачной и однородной.

Пленка качественной олифы срезается кончиком ножа в виде тонкой эластичной стружки. Пленка олифы, чрезмерно разбавленной растворителем, соскабливается со стекла плохо. Если при трении пальцем пленка стирается в порошок или растрескивается еще в процессе высыхания - значит, это суррогат (например, канифольный лак).

Сальная, долго не высыхающая пленка свидетельствует о том, что в составе олифы есть минеральное масло. Такую олифу также не надо использовать в работе.

Красить начинают с одного раза, водя кистью сверху вниз и следя за тем, чтобы мазки ложились ровно. Не следует водить кистью по одному и тому же месту.

Кисть надо держать отвесно, не наклоняя ее, и красить только концами щетины без нажима.

Двери можно покрасить поразному. Например, полотно и наличники покрыть белой краской или подобрать краску в тон со стенами, только более насыщенную.

Евгения ПЕНОВА.

Аркадий УКУПНИК: Чем мельче, тем вкуснее

- Я люблю довольно простую еду: картошку, селедку, [illegible] украинский борщ. Вообще все рецепты - это плоды нашей с женой семейной выдумки. Самый главный принцип, который должен присутствовать во всех рецептах, -

Олег ГАЗМАНОВ: Курица с ананасом

- Когда совершенно нет времени на кулинарные изыски, можно попробовать приготовить что-нибудь вкусненькое, но не очень сложное. Например, какой-нибудь сандвич.

Возьмите 4 ломтика белого хлеба, 50 г сливочного масла, 2 вареных куриных филе (грудка одной курицы), 3 кружка консервированного ананаса, 4 ломтика сыра, 2 веточки петрушки. Белый хлеб обжарьте на сковороде в масле с двух сторон. Куриное филе разрежьте на 4 тонких ломтика. Сверху на каждый кусочек хлеба положите по ломтику куриного филе, половину ломтика ананаса и сыр. Все бутерброды поставьте в разогретую духовку запекать, пока не начнет плавиться сыр. Готовые горячие сандвичи украсьте сверху кусочками ананаса и петрушкой.

Наталья БЕЛОХВОСТИКОВА: Изысканное рагу

- Я обожаю изысканную кухню и неплохо умею готовить. Например, такое рагу. Приготовьте 600 г зеленой фасоли, 500 г шампиньонов, 300 г помидоров, 200 г моркови, 200 г лука, 1 зубок чеснока, 80 г подсолнечного масла, соль и перец по вкусу.

Очищенные и нарезанные шампиньоны обжарьте с измельченным луком и чесноком в скороварке на подсолнечном масле. Добавьте фасоль, мелко нарезанную морковь и помидоры. Посолите, поперчите, закройте крышкой и тушите 10 минут. Готовое блюдо подают на стол, полив оставшимся подсолнечным маслом.

Наталья ШТУРМ: Ром, ваниль, изюм

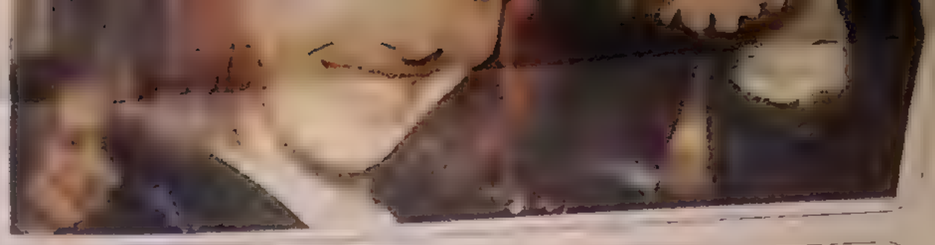
- Однажды за границей я попробовала очень необычное мороженое. Мне оно запомнилось настолько, что я решила непременно узнать рецепт его приготовления, которым с удовольствием поделюсь с вами.

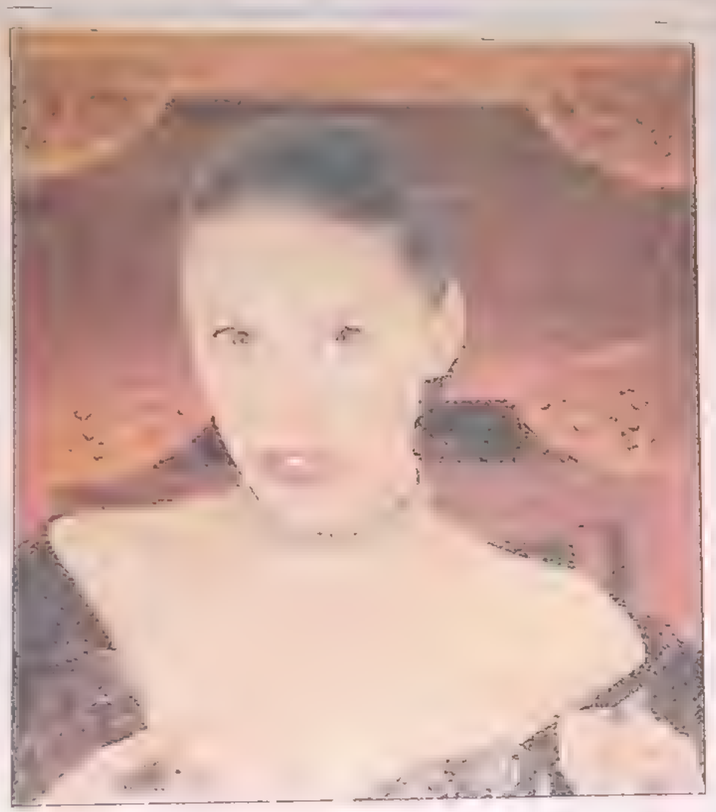
50 г изюма заливают крутым кипятком и оставляют на час в темном месте. Затем воду сливают и заливают изюм 40 г рома. Закрывают крышкой и дают настояться минут тридцать. Затем надо растереть 200 г сливок вместе с пакетиком ванильного сахара. Полученную смесь соединяют с пропитанным ромом изюмом и замораживают в холодильнике.

стую еду: картошку, селедку, *вообще все рецепты - это плоды* нашей с женой семейной выдумки. Самый главный принцип, который должен присутствовать во всех рецептах, - пища должна быть здоровой и не слишком калорийной. Например, как этот салат. Для него потребуется 300 г свежей цветной капусты, 1-2 зубчика чеснока, зелень, майонез по вкусу, орехи, 100 г сыра. Капусту натрите на мелкой терке (чем мельче кусочки, тем сложнее узнать, из чего сделан салат, чем крупнее - тем сильнее капустный вкус), добавьте мелко нарезанные чеснок и зелень, заправьте майонезом. Для более острого вкуса можно добавить соленый сыр или брынзу, натертые так же, как и капуста, мелко порубленные и слегка обжаренные грецкие орехи.

с вами.

50 г изюма заливают крутым кипятком и оставляют на час в темном месте. Затем воду сливают и заливают изюм 40 г рома. Закрывают крышкой и дают настояться минут тридцать. Затем надо растереть 200 г сливок вместе с пакетиком ванильного сахара. Полученную смесь соединяют с пропитанным ромом изюмом и замораживают в холодильнике.





Ирина ЛАЧИНА: Селедка в плаще

- Предлагаю вам очень простой рецепт селедочного салата. Это не совсем "шуба", а скорее - легкий плащик. Берем 2-3 слабосоленые сельди, 2 луковицы, полстакана мелко нарезанного укропа, 1 стакан майонеза, четверть литра молока. Сельдь полностью очищаем, делим на две половины. Вымачиваем филе в молоке в течение 10 часов. Затем мелко нарезаем кусочками и раскладываем на блюде ровным слоем. Поверх кладем лук, тонко нарезанный колечками. Заливаем эту роскошь майонезом. Наконец последний штрих: сверху украшаем блюдо измельченным укропом.

Ирина ПОНАРОШКАЙ: С мечтами о лете

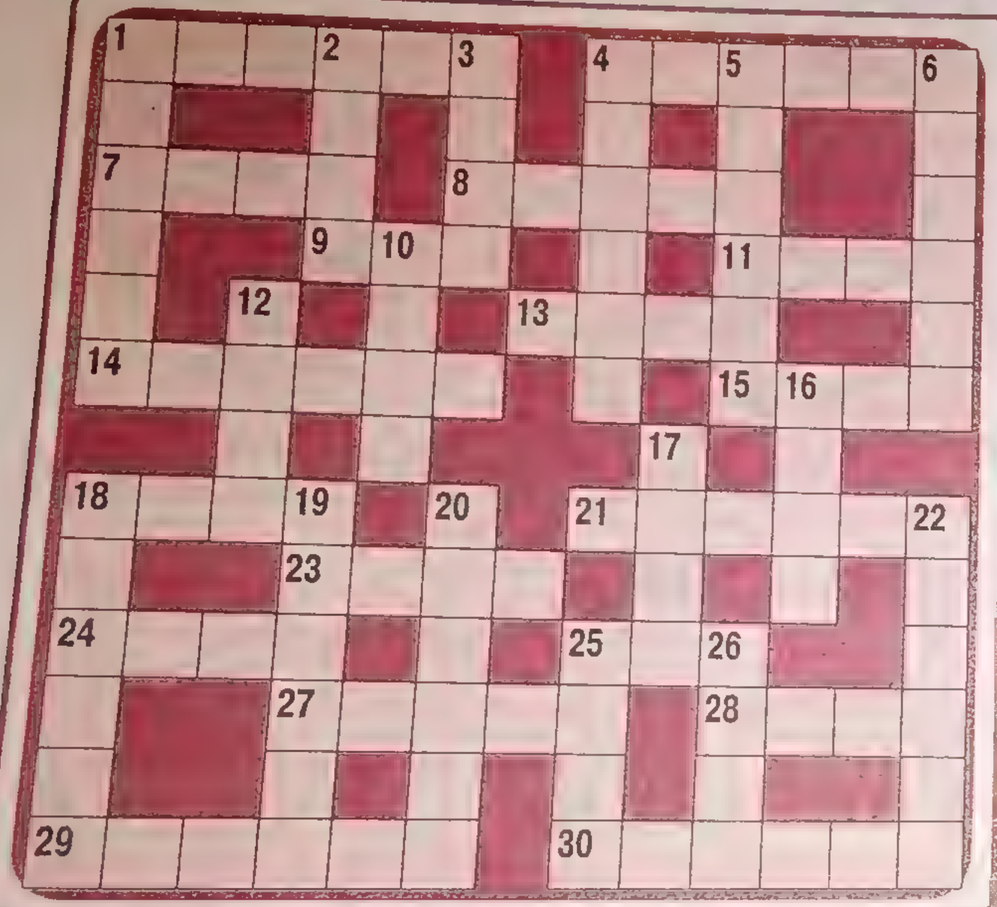
- Блюдо, которое могу назвать своим "любимчиком", - это кефир. Могу пить его круглыми сутками, и, кроме этого, особо ничего не есть. Время от времени готовлю какие-нибудь супчики. Есть старинный рецепт приготовления летнего супа из щавеля и свекольной ботвы: 1 кг свекольной ботвы надо промыть, сложить в кастрюлю, залить 2 л горячей воды и варить 10-15 минут, затем добавить 200 г промытого щавеля и варить еще 10 минут. После этого вынуть шумовкой зелень, пропустить ее через мясорубку и смешать с процеженным и остуженным отваром. Нарезать огурцы, лук, укроп, редис, крутые яйца и сложить все это в супницу, затем добавить сметану, горчицу, залить остуженным отваром с зеленью и хорошо перемешать.

Ирина ГРИБУЛИНА: У стирки свои секреты

- Я постоянно записываю всякие полезные рецепты, которые слышу от знакомых. Например, так я узнала, что всем известную соль можно использовать не только в пищу, но и как чистящее средство. Если вы вымоете с ней стеклянную посуду, то она станет более блестящей и прозрачной. Если прокипятите белье в соленой воде, а при полоскании добавите каплю лавандового масла, то оно станет мягким и шелковистым. Стирать белье можно также с добавлением перекиси водорода, измельчив таблетку гидроперита и смешав ее с порошком или добавив две столовые ложки жидкой перекиси в стиральную машину. Белье станет белым без отбеливателя. Выстиранное белье не замерзнет на морозе, если в воду для полоскания добавить немного уксуса. Чтобы белье не линяло, в воду можно добавить немного питьевой соды. Подгоревшую эмалированную посуду легче отмыть, если перед этим прокипятить в ней немного воды с добавлением щепотки соли. Вот такие полезные вещи может делать обычная соль!

Гостей принимала Татьяна ЛАРИНА.

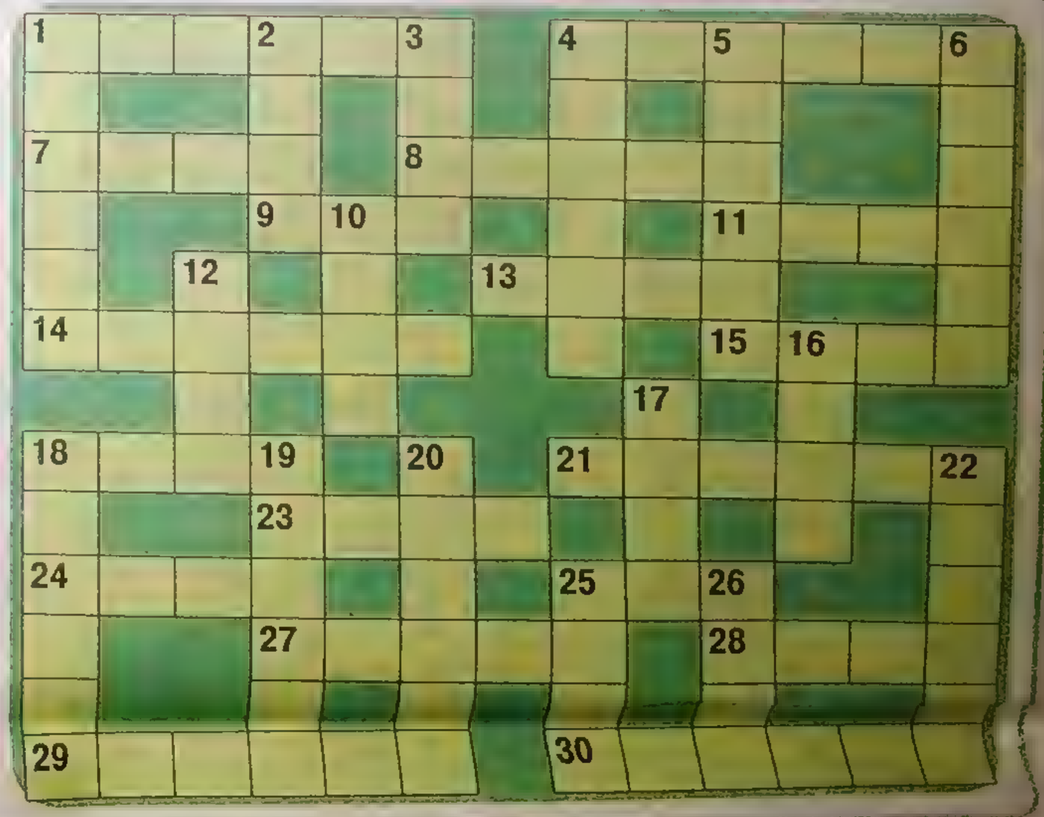
СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ



ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **1.** Катушки в дамских волосах. **4.** Мероприятие по сотрясению открытого воздуха. **7.** Аварийный выход для любовника. **8.** Семейство итальянских скрипичных мастеров. **9.** Политура для педикюра. **11.** Вокруг него вращаются Офелия и Джульетта. **13.** Снедь для тех, кто в аквариуме. **14.** Тонкое дерево, мечтающее перебраться к дубу, чтобы больше не гнуться и не качаться. **15.** Прозрачная шелковая ткань. **18.** Аристократка до кончиков ногтей. **21.** Просьба без "пожалуйста". **23.** "Порочная" геометрическая фигура. **24.** "Кабинка" в зрительном зале. **25.** "Извержение" из носика чайника. **27.** Подходящий инструмент для исполнения "собачьего вальса". **28.** "Ничто так не отличает мужчину от животного, как..." (а-ля Гарри У. Смитс). **29.** Россия, которую мы потеряли, а американцы приобрели. **30.** Пирог с начинкой из осетра.

По вертикали. **1.** Биржевой сводник. **2.** Отстойник для нашкодившего чада. **3.** Он работает, как осел. **4.** Хладная плоть Венеры Милосской. **5.** Апофеоз победы. **6.** Украшение кушанья, если перевести это слово с французского. **10.** У Чехова - на шее, у Толстого - под колесами поезда. **12.** "Закомплексованная" трапеза. **16.** Не вяжется после принятия на грудь. **17.** Преступник, боявшийся Мурки. **18.** Гамачок для грудничка. **19.** Автобус с венгерской пропиской. **20.** Кутила направо и налево. **22.** Пояс из 12 созвездий. **25.** И Ришар, и Карден, и Безухов. **26.** Скособоченный квадрат.

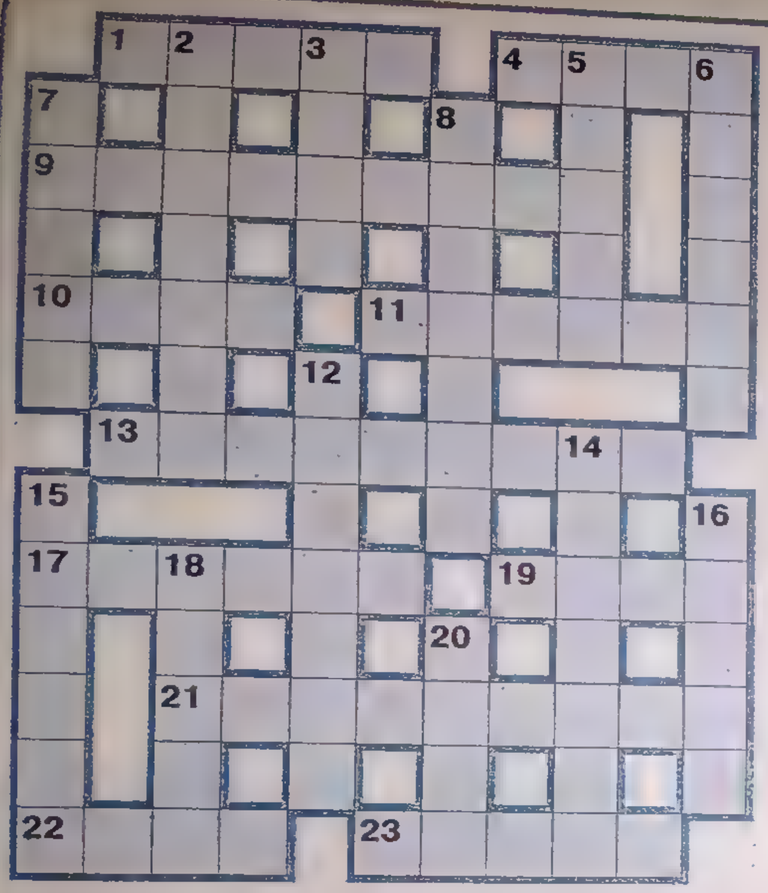


ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **1.** Результат злоупотребления холодным пивом. **4.** Работник веника и шайки. **7.** Самогонка из пальмы. **8.** "Рот до ушей" у волка. **9.** Электрически заряженная частица. **11.** Настенный камуфляж. **13.** Река для омовения индусов. **14.** Каждый из группы г-на Алибасова. **15.** Напарник Евгения Петрова по писательскому ремеслу. **18.** Армейский карцер. **21.** Цирк без фундамента. **23.** Единица печатного текста. **24.** Бойцы под знаменами князя. **25.** "Взялся за ... - не говори, что не рад" (поговорка). **27.** Папа, умевший сам строгать себе детей. **28.** Белая птица на водочной этикетке. **29.** Дельфин с трехметровым бивнем. **30.** Плод с райского дерева.

По вертикали. **1.** Предводитель, с которым не приходится тужить (песенное). **2.** Древний народ, о золоте которого ходят легенды. **3.** "Вездесущий" египетский бог. **4.** Простофиля на молодежном сленге. **5.** "В этом мире неизбежны только смерть и ..." (Бенджамин Франклин). **6.** Легендарный нидерландский футболист по имени Йоханн. **10.** Грецкий крепыш. **12.** Зазнавшийся эстет. **16.** Чемпион первых Олимпийских игр, национальный герой Греции. **17.** "Звезда" во лбу мотоцикла. **18.** Любитель вкусной жратвы. **19.** Ниша для интимной жизни. **20.** Околоземное пространство как место прогулок "вышедших из себя" оккультистов. **22.** Мужчина, "помешавший" Дездемоне умереть от старости. **25.** Французский писатель, описавший чрево Парижа. **26.** Литературный отец Шерлока Холмса.

Нана, умевший сам строгать себе детей. **27.** Белая птица на водочной этикетке. **29.** Дельсатель, описавший чрево Парижа. **26.** Литературный отец Шерлока Холмса.



ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. **1.** Промахнувшийся вожак стаи. **4.** Химическое колдовство. **9.** "Подтягиватель" ученика по предмету. **10.** Немое в прошлом искусство. **11.** Он принес Элли в страну Жевунов. **13.** Остаток прошлого, устарелого. **17.** 12-кратный античный герой. **19.** Небольшой лиственный лес. **21.** Банно-пляжная принадлежность. **22.** Зарытые сокровища. **23.** Крупа для каши-малаши.

По вертикали. **2.** Отмывание ребенка в ванной. **3.** Доспехи крестоносца. **5.** За него выпроваживают нахалов. **6.** Морское ластоногое млекопитающее. **7.** Они весь день бывают на ногах. **8.** День между понедельником и средой. **12.** Глаза по отношению к душе. **14.** Шалунишка. **15.** Свечка на последнем издыхании. **16.** Здание в кукольную величину. **18.** Овощ, что в сказке тянули вшестером. **20.** Домашняя птица.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)229-88-22

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 7

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **1. Балахон. 8. Равнина. 9. Ростова. 10. Верблюд. 14. Абак. 18. Равнодушие. 19. Обои. 21. Артист. 24. Вальс. 28. Рожа. 29. Америка. 31. Зелье. 32. Сопка. 34. Гать. 35. Стук. 36. Бейка.**

По вертикали. **1. Бирка. 2. Ласка. 3. Хаос. 4. Нрав. 5. Двор. 6. Цикл. 7. "Тайд". 11. Енот. 12. Блуза. 13. Юдифь. 15. Баба. 16. Крит. 17. Квас. 20. Оркестр. 22. Ирис. 23. Трап. 24. Ваза. 25. Лолита. 26. Стенка. 27. Марго. 30. Кофе. 33. Кок.**

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. **1. Супруга. 8. Раритет. 9. Тропики. 10. Ярмарка. 14. Адам. 18. Осветитель. 19. Бобр. 21. Наждак. 24. Прима. 28. Лир. 29. Авокадо. 31. Индия. 32. Заказ. 34. Бокс. 35. Шейк. 36. Парта.**

По вертикали. **1. Сотка. 2. Проза. 3. Ужин. 4. Ария. 5. Грим. 6. Фтор. 7. Утка. 11. Рота. 12. Автор. 13. Калым. 15. Джон. 16. Морж. 17. Явка. 20. Бабочка. 22. Джаз. 23. Клок. 24. Приз. 25. Индеец. 26. Аляска. 27. Дамба. 30. Дама. 33. Акт.**

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. **1. Морзе. 4. Уста. 8. Чаепитие. 9. Тир. 10. Касторка. 11. Месяц. 14. Лава. 16. Антарктида.**

По вертикали. **2. Орава. 3. Запятая. 5. Сметана. 6. Америка. 7. Отара. 10. Компас. 12. Сеть. 13. Цирк. 14. Лето. 15. Вода.**

Рисунок Татьяны ЗЕЛЕНЧЕНКО.

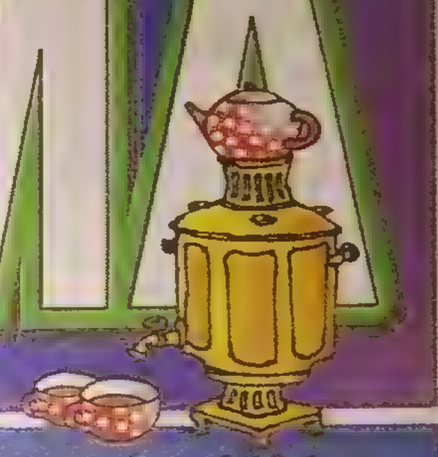
Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ксении ДИСТЕРОВОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Николая КАРДАКОВА, Наталии РАЗЛУЦКОЙ, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ, Анны ЯНИНОЙ.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком Ⓚ, печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 229-88-22. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает. Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г. Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: hold@com2com.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 185800 экз. Заказ № 8
Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 11.02.2004 г. в 19.00.
Подписано в печать 11.02.2004 г. в 18.00.

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

ДРУГ ДОМА©



Выходит четыре раза в месяц

38/342 октябрь 2004

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ

Мифы о браке - стр. 4

Искушение бананом - стр. 5

ОСЕННИЕ РЕЦЕПТЫ ИРИНЫ АЛЛЕГРОВОЙ

Это мой любимый осенний рецепт, потому что необходимые для него компоненты как раз сейчас уже созрели.

Равномерный брусок телятины обжарьте до полуготовности или запеките в духовке. Затем возьмите айву, из нее вычистите [illegible]рединку и туго-туго набейте грецкими орехами. Туда же добавьте щепотку сахара и сверху - кусочек сливочного масла. Фаршированную айву разложите вокруг телятины, накройте фольгой и поставьте в духовку.

Кстати, айву, особенно если полить ее сиропом можно запекать на десерт

А [illegible] я обязательно пеку на празд[illegible] **мясной пирог**

[illegible] холодного молока мелкими [illegible]иками нарежьте пачку заморо[illegible] [illegible]вочного масла, вбейте [illegible] разведите 100 граммов дрож[illegible] [illegible]е 2 столовые ложки саха[illegible] [illegible]ожки соли и 4 стакана [illegible]

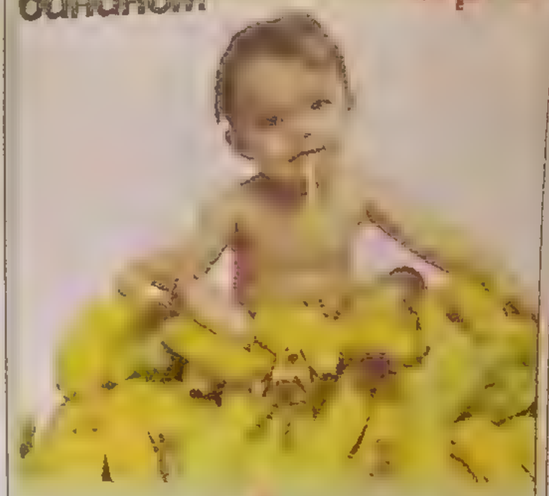
[illegible] быть густым, выме[illegible] но так, чтобы [illegible]сочки масла. Тесто обсыпьте [illegible]ките в полиэтиленовый пакет [illegible]е побольше - масса силь[illegible] [illegible]тся в объеме), выпустите из него воздух, завяжите и - в холодильник.

Подходит тесто от трех до пяти часов, потом снова вымешиваете его. Для фарша я отвариваю говядину и жарю очень много лука, в пропорции к мясу - один к одному. Пропускаю все через мясорубку, добавив черного перца и соли.

А тем, кто любит рыбу, могу предложить приготовить **рыбный рулет**.

Филе прокрутите через мясорубку с жареным и сырым луком и зеленью. Чем больше лука, тем лучше. В фарш добавьте сырые яйца - 3 яйца на килограмм рыбы. Массу уложите на смазанную маслом фольгу, сформируйте колбаской и запеките.

Искушение бананом - стр. 5



Красивые - не значит качественные - стр. 10

Как создать субтропики в доме - стр. 13

Секреты большой стирки - стр. 15

СПАСИБО МАСТЕРИЦАМ

Пишу вам снова, чтобы отблагодарить за то, что вы опубликовали мое письмо в № 26. Оно называлось "Откликнитесь, мастерицы". И они действительно откликнулись! Писем пришло много. Я благодарна, очень благодарна всем тем, кто нам написал и прислал журналы, схемы. Спасибо огромное. Постараемся ответить всем, кто нам написал.

Я решилась обратиться к вам еще раз. Думаю, если люди помогли мне, то найдутся и те, которые помогут и моей подруге. А ситуация такая. Несколько лет назад моя подруга стала вдовой. На тот момент у нее остались дочь и двухмесячный сын. Пока она сидела до 2 лет с младшим ребенком, у них износилась вся одежда. А на пособие попробуйте купить. Сейчас подруга оформляет мальчика в садик, чтобы самой выйти на работу. Дочку нужно одеть в школу, портфель собрать. Да и к зиме у них ничего нет. Вот поэтому я и прошу: помогите с одеждой и, если можно, с игрушками и

кий р-н, пос. Комсомольский. Линьковой О.В., для Аллы.

Если кто-то может предложить реальную помощь подруге, пожалуйста, напишите. Заранее всем спасибо!

С "ДРУГОМ" В ШКОЛУ

Уважаемая редакция, здравствуйте!

Меня зовут Оля, мне 13 лет. В этом году мы переехали, и мне пришлось перейти в другую школу. Я очень боялась идти в новый класс. До этого мы жили в маленьком городе, где было очень много знакомых. Почти все мои одноклассники жили со мной в одном дворе, все мы ходили в один детский сад. А здесь все по-другому. Я переживала, как сложатся отношения с новыми ребятами, не знала, как себя вести. Спасибо маме, она показала мне статью в "Друге дома" (а мы часто покупаем эту газету) как раз о том, как подружиться с новыми одноклассниками. Я сделала все, как там было написано. И правда, ребята отнеслись ко мне очень хорошо. Конечно, я скучаю по старым друзьям, но теперь у меня появилось много новых.

Оля КАМЫШОВА.
Волгоград.

СТАЛА МАМА ЦВЕТОВОДОМ

Уважаемая редакция!

От всей души хочется поблагодарить вас за ту нужную, интересную газету, которую вы

СКАЗКА НА ЗАВТРАК, СКАЗКА НА ОБЕД

Здравствуйте, уважаемая редакция!

От всей души хотим поблагодарить вас за прекрасную газету. С нетерпением ждем каждый новый номер. Готовим по вашим рецептам, собираем советы народной медицины. С интересом читаем рекомендации психологов. И как оказалось, не напрасно. Дело в том, что моя внучка Юлечка очень плохо кушает. Хорошим аппетитом она у нас никогда не отличалась, а последнее время просто хоть караул кричи. Суп она есть не хочет, рыбу она не любит, а про кашу даже и слушать отказывается. Пожалуй, единственное, что она съедала без проблем, это макароны, ну и всякое пирожное-мороженое, разумеется. Так что обед у нас приравнивался к национальной катастрофе. Спасение пришло к нам в виде очередного номера "Друга дома", где ваша психолог Н. Но-

Особенно мне понравилась идея представить щавелевые щи Саргассовым морем. Так мы и поступили. Услышав сказку про пиратов, Юля от удивления раскрывала рот, куда мы благополучно ложку за ложкой вливали суп. Котлета в форме медвежонка тоже пришлась по вкусу. Так потихоньку, сказка за сказкой, мы приучали капризулю кушать первое. Элли и ее друзья, шагающие по дороге из желтого кирпича, кушали гороховый суп, а достигнув Изумрудного города, переключились на зеленые щи. Мы пекли колобков, побеждали коварного синьора Помидора и, отправляя его в салат, придумывали еще много разных сказок. Теперь Юлька у меня всегда спрашивает, какая сказка у нас сегодня на обед будет.

С уважением
Вера Константиновна ПРОКОФЬЕВА.

Конкурс

РЕМОНТ, И СЮРПРИЗ

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Награда победителям составляет **600 рублей** каждому.

По итогам конкурсов в "Друге дома" № 37 приз получает **Татьяна Сергеевна ДУДЧЕНКО** из с. Славгородское Алтайского края за рецепты необычной выпечки "с сюрпризом". Приз за лучший совет присуждается **Марине Александровне ВИДАКОВОЙ** из г. Новомосковск Тульской области, рассказавшей, как можно быстро и не напрягаясь сделать ремонт.

Поздравляем победителей!

Чтобы принять участие в наших конкурсах, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

ВОЛШЕБНАЯ НИТОЧКА

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "Волшебная ниточка".

В этом выпуске мы покажем, как можно связать уютную безрукавку и

пособие попробуите ку-пить. Сейчас подруга оформляет мальчика в садик, чтобы самой выйти на работу. Дочку нужно одеть в школу, портфель собрать. Да и к зиме у них ничего нет. Вот поэтому я и прошу: помогите с одеждой и, если можно, с игрушками и книжками для детишек. Размеров мальчика я не знаю, но ему уже 2 года, а женскую одежду для девочки-подростка и подруги присылайте от 40-го до 58-го размера. Обувь для мальчика я тоже не знаю, а женскую - 37-38-го и 40-41-го. Простите, что снова прошу, но моя бабушка всегда говорила: от сумы и от тюрьмы не зарекайся. В конце концов, не в тюрьму же идти подруге. Снова даю свой адрес, так как подруга живет на квартире, а хозяйка не разрешает никаких гостей и корреспонденции. А родственников у нее нет.

Мой адрес: 391125, Рязанская область, Рыбновс-

ХОЧУ СПРОСИТЬ...

"Друг дома" старается отвечать на все вопросы читателей, представляющие интерес для большинства. Чтобы вам было удобнее их формулировать, предлагаем специальный купон.

Хочу спросить у "Друга дома" о...

СТАЛА МАМА ЦВЕТОВОДОМ

Уважаемая редакция!

От всей души хочется поблагодарить вас за ту нужную, интересную газету, которую вы делаете. Это настоящая семейная газета, в которой каждый для себя находит что-нибудь нужное. Очень нравятся советы ваших специалистов - психологов, врачей. А вот страничка по цветоводству - просто прелесть! За нее хочется сказать Михаилу Воробьеву отдельное большое спасибо.

Дело в том, что моя мама два года назад была вынуждена выйти на пенсию и очень переживала по этому поводу. Она всю жизнь проработала учителем в средней школе и привыкла к активному образу жизни, но сильная гипертония не позволяет работать. А безделье и ощущение того, что она "не у дел", для мамы хуже давления.

В этом году по весне мы перевезли маму на дачу, рассчитывая, что на свежем воздухе ей станет легче. И правда, она как будто помолодела. А какой цветник на огороде развела - просто сказка. Все соседи-дачники ходят, завидуют. Оказалось, что мама весь год собирала подборку статей из "Друга" (мы не первый год стараемся покупать вашу газету в "Союзпечати") на тему цветоводства. А летом все реализовала на практике.

К слову, и овощи у нее неплохо растут. В этом году, хоть и говорят, что лето неурожайное, у нас и огурцы, и помидоры уродились, а свеклы и морковки - на всю зиму хватит. Мама смеется: "Это "Друг" меня садоводом сделал".

Вера НЕСТЕРОВА.
Кострома.

кашу даже и слушать отказывается.. Пожалуй, единственное, что она съедала без проблем, это макароны, ну и всякое пирожное-мороженое, разумеется. Так что обед у нас приравнивался к национальной катастрофе. Спасение пришло к нам в виде очередного номера "Друга дома", где ваша психолог Н. Носова предложила несколько вариантов "обеденных" сказок.

ли колобков, побеждали коварного синьора Помидора и, отправляя его в салат, придумывали еще много разных сказок. Теперь Юлька у меня всегда спрашивает, какая сказка у нас сегодня на обед будет.

С уважением
Вера Константиновна ПРОКОФЬЕВА.
Калуга.

Я В КИНОЛОГИ ПОЙДУ ПО СОВЕТУ "ДРУГА"

Добрый день, уважаемая редакция!

Хочу сказать вам большое спасибо. Ваша газета, можно сказать, дважды помогла моей дочке

Аня у нас всегда была девочкой застенчивой и не особо общительной. А как начался переходный возраст - вообще "проблемы" одолели: внешность у нее не та, дружить с ней никто не хочет, разговаривать она ни с кем не может, учиться ничему не будет. В общем, оставьте ее все в покое, дайте ей спокойно страдать по поводу собственной неполноценности. Мы с мужем были в ужасе, не знали, что и делать. Я уж собиралась психолога искать, чтобы ей "мозги вправили".

И тут очень кстати в вашей газете (у меня ее мама выписывает) появляется статья о том, что многие детские проблемы можно решить с помощью собаки. Думаю, ладно, попробуем, тем более дочка с детства мечтала о щенке. В общем, как-то вечером я вернулась с работы в компании трехмесячного скотчтерьера. Благо сотрудница щенков пристраивала. Сначала Анька была в шоке. Не знала, радоваться ей или нет. Ведь по-прежнему страдать о своей тяжкой судьбе, когда сбывается хрустальная мечта детства, как-то неловко. И действительно, буквально через месяц дочка изменилась до неузнаваемости. Со щенком она только что в школу не ходила. А так и гуляла по часам, и кормила по расписанию. В общем, делом занялась. Сразу же друзья-собачники появились, которые оказались, к ее великому удивлению, вполне нормальными людьми, и темы для разговоров появились. И время свое планировать научилась, а то прежде по полдня на диване сначала лежит, а потом полночи уроки делает. И щенок такой умненький, ласковый оказался, от Ани не отходит совсем.

Теперь дочка говорит, что хочет стать кинологом. Я сначала в ужасе была: где ж такой профессии учат? Так опять "Друг дома" выручил. Там у вас в одном из номером вопрос был как раз, как получить эту профессию, и ответ такой подробный, с чего начинать, где потом дальше учиться.

Еще раз спасибо вам большое. Не знаю, как другим, но нам ваша газета действительно помогла.

Елена АНДРИЕНКО.
Калуга.

(К) **Каждому: склеивание почтовых конвертов, ручная фасовка семян, сухофруктов, кондитерских изделий, другая надомная работа! З/п до 10500 рублей. Материалы почтой. 454135, Челябинск, А/Я 11283 + конверт с о/а.**

НИТОЧКА

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "Волшебная ниточка".

В этом выпуске мы покажем, как можно связать уютную безрукавку и зимние шапочки. Дадим схемы вышивок, украсящих вашу кухню. А также научим делать оригами и аппликации.

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции. Вы можете оформить подписку на сборник "Волшебная ниточка".

Наш подписной индекс - 15931 в Объединенном каталоге "Пресса России", т. I, стр. 97.

ПРИГЛАСИ "ДРУГА" ДОМОЙ

Нуждаетесь в надежном совете хорошего друга? Так пригласите его домой!

Между тем купить "Друга дома" у распространителей становится все труднее. Поэтому лучший выход - пойти на почту, найти в I томе на 113-й странице Объединенного каталога "Пресса России" (он зеленого цвета) наш индекс - 34199 и оформить подписку на "Друга дома". Сделать это можно с любого месяца.

НАРОДНОЕ РАДИО
СВ 612 кГц
С 7.00 до 19.00
ДЛЯ ВСЕХ И ДЛЯ КАЖДОГО
www.narodinfo.ru
E-mail: narodinfo@km.ru

В КРУГУ СЕМЬИ

Мужчина и женщина... Что между ними: плюс или минус? Знак равенства или точка с запятой? Союз "и" между двумя первыми словами уже подсказывает ответ, но, увы... современная женщина давно устраивает свою жизнь вне правил русской пунктуации и орфографии.

ТРУДНО БЫТЬ ЖЕНЩИНОЙ

- Недавно на полустанке сознательно подслушала разговор двух молодых людей, касающийся женитьбы, - говорит психолог **Тамара ПАВЛОВА**. - Один собеседник убеждал другого, что самый лучший брак можно составить с 18-летней и делился с другом данными статистики. По словам молодого человека, среди 18-летних 90 процентов - девственницы, в то же время 50 процентов современных тридцатилетних женщин никогда не были замужем.

Я задумалась, и правда, среди моих подруг многие, да почти все, сделали успешную карьеру. Даже очень успешную. Семью создала и сохранила только одна. Та, которая вышла замуж сразу после школы. Под словом "семья" я имела в виду брак с одним мужем. С тем самым первым мужчиной в жизни женщины.

Удачно сложились отношения со "вторым" мужчиной в брачном союзе еще у двоих моих "интеллектуальных" знакомых. Из следующих пятерых незамужних коллег только одна воспитывает сына. Можно привести примеры "образцовых" семей среди коллег. Но самое странное, ни в одной из известных мне "интеллигентных" семей муж не является главой в полном смысле этого слова. Все равно, мало или много он получает, им руководит жена.

Соседи справа - не в счет! Трудовой народ. Трое детей, мал мала меньше, родня в станице и никаких признаков матриархата. Марина, тонкая как лоза, достает своему мужу до косой сажени в плечах, когда стоит на верхней ступеньке, по утрам ходит с метлой, весь день занята детьми. Когда они все друг за другом бегут вниз по лестнице, смотреть на них - сплошное удовольствие. Муж всегда идет последним, с поднятой головой и расправленными плечами. Сразу видно: он в доме хозяин.

У соседей слева - иная картина. Мужа почти не видать, раза два-три в год он попадается навстречу вместе с женой или с единственной дочкой. На улице он держится орлом, но на лестничной клетке, особенно при подходе к двери, почему-то всегда слегка смущен. Застенчивая улыбка, голова опущена. Ну он, конечно, тоже дает понять, кто в доме хозяин, когда выпьет... иногда.

Ряд психологов отмечают, что нынешний мужчина начинает бояться жены, как ребенок матери, которая может наказать: поставить в угол или оставить без сладкого. Многие из современных мужей испытывают постоянное чувство тревоги, будто что-то не сделал, "забыл" или сделал "не так" и "не то". Но разве чувство провинившегося ребенка - чувство к любимой женщине?

То, что роль главы семьи переходит к женщине, видно и без психологов. Выполнение женщинами различных, в том числе и тяжелых, видов мужского труда и командные роли в обществе лишают слабый пол слабости, женщина все более и более отдаляется от своего истинного предназначения быть второй половинкой - она забывает его.

Женственной сегодня быть нелегко. Не только морально, но и материально, прозаически. Сколько стоит юбка до щиколотки, развевающаяся шести- или восьмиклинка? Если итальянская, так тысячи полторы, а то и все три. В ателье из вас сделают королеву, заплатите за ткань, работу, всяческие детали и пуговицы - та же тысяча. А если лишней тысячи в бюджете нет?

Мужчине на таком фоне тоже нелегко вернуть себе "права мужества", любить женщину. Но без любви женщина не знает ни радости, ни покоя. Любовь - это не только эмоции, но и разумная воля. Жена хочет получить от мужа то, чего женщина всегда подсознательно хотела: волевого, твердого, сильного мужчину. Парадокс в том, что именно таким мужчина может быть рядом с "немощнейшим сосудом", а не со "Шварценеггером" другого пола.

Воля к власти в современной женщине велика. Она убивает в ней женственность, меняет тональность. Вместо ласковой просьбы - распорядительность, вместо шутливости - раздражение, вместо совета - приказ. Власть над мужчиной не дает сохранить гармонию в семье, искажает супружеские отношения, убивает любовь. Надо очень много потрудиться, быть внимательной к себе, чтобы не превратиться в сварливую "ром-бабу". Дружба с мужем возможна для женщины, когда она смиряет свой темперамент в угоду благоразумию, терпению. Тогда женщина приобретает способность рассуждать, ей дается мудрость, и тогда она, женщина, становится равной мужчине. Как равны обе половинки в яблоке, даже если одна и кособокая... А не наоборот: "Мы - равны, значит, ты идешь за хлебом!"

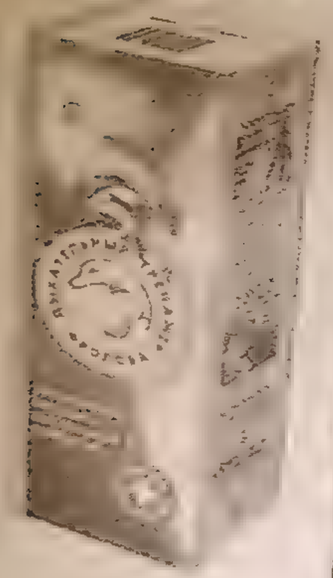
На принципе равенства мужчины и женщины построено сейчас даже воспитание детей начиная с детсада. Одни и те же игры как способ существования. Бесполое воспитание - совсем небезобидное явление. Результатом пренебрежения особенностями мужской и женской психики становятся глубинные травмы личности. Семейные конфликты затягиваются, передаются по наследству. Тенденция доминировать над мужьями часто проявляется во многих поколениях. Если девочка выросла в доме, где всем заправляла мать, она этот же стереотип поведения повторит и в своей семье. Хочет того или нет. На сознательном уровне женщина, может, и будет отрицать такой тип поведения в семье. Однако усвоенные с детства властность, жесткость и отчуждение будут реально воспроизводиться ею по отношению к ребенку и мужу с поразительной точностью. Она уже не может изменить себя никакими усилиями сознания и воли. Нужна помощь. Потому что внутренние чувства у такой женщины далеки от мира и спокойствия. Она испытывает комплекс "маленькой девочки", жалуется, что "не нашла себя", "не состоялась" и вечно не удовлетворена общением. Не внешние обстоятельства, а душевный строй делают женщину несчастной.

Японию никто не назовет отсталой страной. Но в ней и по сей день существуют "Праздник мальчиков" и "Праздник девочек", отмечаемые всеми. Потому что японцы с детства хотят воспитать и воспитывают культуру мужественности в мальчиках и женственности - в девочках. Чтобы из мальчиков вырастить настоящих мужчин, а из девочек истинных женщин, "немощный сосуд", которому мужчина может найти достойное место в своей личной жизни, в семье. А не только на производстве.

ЗДОРОВЬЕ В ДОМ ПРИНОСИТ ЧУДО-ТРЕНАЖЕР!

иногда. ... выпьет... то и все три. В ателье из вас сделают королеву, заплатите за ... с детсада. Одни и те же игры как способ существования. Бесполое воспитание - совсем небезобидное явление. ... рому мужчина может найти достойное место в своей личной жизни, в семье. А не только на производстве.

ЗДОРОВЬЕ В ДОМ ПРИНОСИТ ЧУДО-ТРЕНАЖЕР!



[illegible] ...ожет. Успех удивитель- [illegible] ...время не дышала через [illegible] ...что он помог людям [illegible]

Щеколькова М.Я., 1932 г.р.

Мы специально начали рассказ с этого удивительного письма. "Дыхательный тренажер Фролова" представляет собой оригинальное портативное устройство, предназначенное для проведения дыхательных упражнений с целью профилактики и лечения различных заболеваний, повышения адаптационных возможностей организма. Дыхательный тренажер позволяет проводить тренировки дыхательной мускулатуры с созданием сопротивления в фазе как вдоха так и выдоха.

Мы непростительно мало знаем об особенностях нашего организма и порой от незнания совершаем множество ошибок. Одна из самых серьезных и очевидных - ошибка в схеме нашего дыхания, в его ритме и его глубине. Очень упрощенно: наш организм похож на костер, в котором сгорают питательные вещества, и чем быстрее в организм поступает кислород, тем быстрее этот костер потухнет.

Причина старения - накапливающиеся в ДНК мутации. А как показал в своей общепризнанной теории Дэнхен Харман, повинны в этих мутациях свободные радикалы, образующиеся во время окислительных процессов в клетках. Чем чаще дыхание, тем больше свободных радикалов кислорода образуется в клетках.

Приведем немного цифр о нашей жизни:

Мы делаем 1000 вдохов в час, 24 000 за сутки, 9 миллионов за год, а на протяжении жизни в среднем около 650 миллионов. При этом организм производит за 70 лет около тонны радикалов кислорода! Вывод прост: хочешь дольше жить - дыши медленно!

Русский ученый Владимир Фролов придумал оригинальное устройство - "Дыхательный тренажер Фролова". Здоровье автор имел незавидное. Теперь это цветущий мужчина 65-летнего возраста, бодрый и здоровый. Дело в том, что ему удалось не только управлять своим дыханием, но и открыть основы совершенно новой теории - **теории эндогенного дыхания**. Всего 20 минут простых занятий на **ТРЕНАЖЕРЕ ФРОЛОВА** в день в течение 2 месяцев - и вы не заметите, как частота вашего дыхания с 1000 раз в час понизится до 240. Продолжая заниматься, вы сможете достичь результата 100 и менее дыхательных движений в час.

Дыши правильно - живи хорошо!

Дыхательный тренажер ФРОЛОВА имеет **официально утвержденные показания к применению:**

- **Хронический бронхит**
- **Бронхиальная астма**
- **Эмфизема легких**
- **Очаговый туберкулез легких**
- **Гипертоническая болезнь**
- **Ишемическая болезнь сердца**
- **Вегето-сосудистая дистония**
- **Астенический синдром**
- **Патологический климакс**
- **Атеросклероз**
- **Заболевания, вызываемые нарушением обменных процессов в организме**
- **Заболевания опорно-двигательного аппарата (хондрозы, артрозы и т.д.)**
- **Остеохондроз**
- **Снижение лишнего веса и дальнейший немедикаментозный его контроль**
- **Лечение табакокурения (помогает бросить курить без применения медикаментов)**

Тренажер Фролова можно использовать как ингалятор.

Желаем Вам здоровья и счастья в личной жизни!!!

В заключение хотим привести выдержки из некоторых писем.

"...Приобрести тренажер Фролова буквально заставила соседка. Я имела помимо возрастных массу хронических заболеваний, таких, как ишемическая болезнь сердца, язва желудка, а после зимы ослабли ноги. Стала очень плохо ходить, с трудом отрывала ноги от земли. После занятий на тренажере первым моим удивлением было то, что я ИДУ, буквально была ошеломлена этой радостью. Улучшилось общее состояние. А самое главное, что за последние 4 месяца я не приняла ни одной таблетки и ни разу не обратилась к врачу. Хочу выразить огромную благодарность создателю тренажера Фролову. Большое спасибо!"

Шабанова Вера Ивановна, 74 года. г. Минск.

"Более 20 лет болею гипертонической болезнью, ожирением III степени. Приобрела и использую дыхательный тренажер Фролова. Постоянно консультируюсь у врачей по выбору индивидуального режима дыхания. Считаю, что результаты очень хорошие: через 1,5 месяца нормализовалось давление, что очень удивило моего участкового терапевта, за 2 месяца я без проблем "потеряла" 16 кг лишнего веса и чувствую себя значительно лучше. Все мои знакомые спрашивают, какой диетой я лечу ожирение".

Елена Михайловна К-ва. Новосибирск.

Для того чтобы заказать прибор, напишите заявку на почтовой карточке и отправьте ее по адресу: **302001, г. Орел, а/я 22(ДД), "Доктор Фролов".** В заявке обязательно укажите свой почтовый индекс, адрес, фамилию, имя, отчество, а также название, количество приборов и подпись. Оплата производится при получении на почте. **Стоимость прибора 460 руб. + 8% почтовые расходы.**

Получить более подробную информацию и заказать прибор можно по телефонам: **8(0862) 29-71-04 (с 10 до 19 часов)**, или по электронной почте: dr_frolov@rambler.ru Заказ высылается по почте наложенным платежом.

Внимание! Остерегайтесь подделок, заказывайте прибор только у нас!

КАЖДОМУ ЗАКАЗАВШЕМУ ПРИБОР МЕТОДИЧКА В ПОДАРОК!

Лицензия Министерства промышлен[illegible] уки и технологий Российской Фа[illegible] №64/2002-0566-0571 от 10.10.2002г. Сер[illegible] Соответствия №РОСС RU ME24 B005[illegible]

МИФЫ О БРАКЕ

Каждая женщина мечтает об Идеальном Замужестве. Увы, и в наш просвещенный век многие выходят замуж, руководствуясь иллюзиями. Вот самые распространенные из них.

Миф первый: "Теперь наши отношения станут лучше". Вы думаете, что после свадьбы он сразу же бросит курить, не будет смотреть футбол и так далее? А он, возможно, думает, что вы станете домохозяйкой и будете смотреть футбол вместе с ним. Взрослого человека невозможно переделать.

Миф второй: "Теперь я смогу жить лучше, чем раньше". Да, если ваш супруг - денежный мешок. А если он будет требовать отчета за каждый рубль? А зачем нужны наряды, если их некуда надеть? Если же у него средний заработок, то вы вряд ли будете жить на широкую ногу. Совместная жизнь требует непредвиденных расходов.

Миф третий: "Мы будем проводить все свободное время вместе". Он любит рыбалку, а вы - восточные танцы. В выходные его тянет в гараж, а вас - к подругам или на прогулку. Стоит ли навязывать ему свои увлечения? Ведь даже самые любящие люди должны иногда отдыхать друг от друга.

Миф четвертый: "Он должен постоянно хотеть меня". А вы его все время хотите? Супружеский секс быстро становится предсказуемым, если его не разнообразить. Вам тоже придется что-то придумывать, чтобы оставаться желанной, и время от времени мириться с тем, что он просто хочет спать.

Миф пятый, самый опасный: "Куда он от ребенка денется!" Увы, браки, заключенные из-за беременности женщины, - самые непрочные. Вынуждая мужчину связать с вами жизнь, вы сильно рискуете. Он вполне может сказать вам (правда, это будет потом), что вы сломали ему жизнь. Возможно, он будет прав. А как отразятся на психике ребенка ссоры родителей? Понятно, что не лучшим образом.

Миф шестой: "Я никого больше не полюблю". Увы, брак - не стопроцентная защита от другого чувства. Вы можете влюбиться, будучи замужем. Увы, он тоже способен воспылать страстью к другой. Главное - трезво оценить ситуацию еще до замужества.

Александра СМИРНОВА.

УМЕЕТЕ ЛИ ВЫ ЛАДИТЬ С ДЕТЬМИ?

Радуетесь ли вы, когда к вам подходят дети? Или же вас это, скорее, нервирует? Тест поможет узнать, насколько хорошо вы действительно умеете общаться с детьми...

1. Закончите следующее предложение "Родить ребенка - это..."

свою полную несостоятельность.

7. Сын увлеченно играет

Моя 5-летняя дочка очень внимательно смотрела, как я мылся под душем. Я сразу этого не заметил, а потом выгнал ее из ванны. Еще она любит смотреть на маму, когда та ходит в одном белье. Что это, какое-то детское извращение?

Михаил.
г. Нарва.

ПОДГЛЯДЫВАЮЩИЕ

Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

Сразу скажу - никаких извращений тут нет, просто ребенок познает мир. А что за мужчинами подсматривать нехорошо, девочка пока не знает.

ствует не так впечатляюще.

Но и женщины склонны к разглядыванию мужчин, хотя и в более цивилизованной форме. Они делают это в толпе, в очереди, в любом месте, где мужчина может продемонстрировать какие-то свои качества. Мужчине же для получения удовольствия от подглядывания эти дополнительные импульсы не нужны.

Кроме того, есть разница в самой реакции на разглядывание. Мужчина может мгновенно

Стриптиз, полуобнаженные официантки и другой обслуживающий персонал в специальных кафе, открытые гримасы актеров, вынесение

же вас это, скорее, нервирует? Тест поможет узнать, насколько хорошо вы действительно умеете общаться с детьми...

1. Закончите следующее предложение "Родить ребенка - это..."

а) самое прекрасное событие;

в) иногда это трагедия;

с) и радость, и большая нагрузка.

2. Вы приходите к знакомым, чьи дети любят вас и сразу начинают осаждать. Как вы поступите?

а) дам понять, что не в восторге от этого;

в) поиграю с ними;

с) дождусь, пока вмешаются родители и освободят меня.

3. Ваша дочь и ее подруга остались дома одни и обнаружили вашу косметику. Как вы отреагируете на это?

а) я вволю повеселюсь;

в) мне станет ясно, что скоро они перестанут быть детьми;

с) рассержусь.

4. Ваш сын хотел бы получить в подарок к 18-летию мотоцикл. Он получит его?

а) нет;

в) да, конечно;

с) если он для этого достаточно зрелый.

5. О чем вы думаете, глядя на фото, на котором запечатлен морской закат?

а) не имея детей, я бы тоже смогла позволить себе подобный отдых;

в) скорей бы лето;

с) когда дети вырастут, я бы хотела побывать там.

6. Способны ли вы понять детей, которые охотнее живут на улице, чем дома?

а) да;

в) мне это непонятно;

с) их родители обнаружили свою полную несостоятельность.

7. Сын увлеченно играет в хоккей. Нравится ли вам это?

а) нравится;

в) лучше бы он играл в теннис;

с) вид спорта должен нравиться не мне, а ему.

Ключ к тесту

	1	2	3	4	5	6	7
а	1	3	2	3	3	2	3
в	3	2	1	1	1	3	1
с	2	1	3	2	3	1	2

7-11 очков. Вы очень любите детей, и они любят вас. Но при этом вы не позволяете поработить себя. Вы всегда рядом, если ваши отпрыски нуждаются в вас, но всегда начеку, чтобы не дать им полностью завладеть вами

12-16 очков. Вы замечательно умеете ладить с детьми. Вы четко очерчиваете границы ваших отношений, что без проблем принимается ими. Ваша открытая манера особенно по душе подросткам. Они охотно делятся с вами. Вы можете гордиться этим!

17-21 очко. Вы не особенно стремитесь установить контакт с детьми. Исходя из собственного разумения, вы слишком требовательны к детям. Так как ваши требования выполняются лишь изредка, вы предпочитаете держаться в стороне.

Подготовил Анатолий САФОНОВ.

Михаил. г. Нарва.

Сразу скажу - никаких извращений тут нет, просто ребенок познает мир. А что за мужчинами подсматривать нехорошо, девочка пока не знает.

А вообще как дети, так и взрослые любят подглядывать за другими в моменты интимные, глубоко личные. И практически никогда не приходится говорить о каком-то извращении.

Подглядывание отмечается у 25 процентов дошкольников, 30 процентов мальчиков 7-11 лет и 6 процентов девочек того же возраста. Перерастает же эта "милая" привычка в патологию (вуайеризм) лишь у единиц. Как правило, это дети, у которых есть какие-то проблемы в общении со сверстниками либо впечатление от увиденной сцены было очень ярким (например, половой акт между родственниками).

У мужчин склонность к подглядыванию более распространена. Это естественный механизм эволюции: быстрое развитие возбуждения давало больше шансов на продолжение рода. На женщин же вид обнаженного мужчины действует, в очереди, в любом месте, где мужчина может продемонстрировать какие-то свои качества. Мужчине же для получения удовольствия от подглядывания эти дополнительные импульсы не нужны.

Кроме того, есть разница в самой реакции на разглядывание. Мужчина может мгновенно возбудиться от случайной откровенной сцены или ощущения безнаказанности при подглядывании. У женщины, как правило, путь к возбуждению более длителен и извилист: она вначале обдумает увиденное, затем оценит с эмоциональной точки зрения, а уже потом может дать волю своим ощущениям.

На стремлении к подглядыванию строятся многие современные телевидеорекламные кампании. От передачи "За стеклом" до скрытой трансляции из кабинки для примерки купальников - все это пользуется бешеным успехом именно из-за возможности дать волю фантазии и представить себе сцены, которых нет и не может быть в реальной жизни. Именно несбыточность, а также кажущаяся открытость чужой интимности и придают пикантность сексуальным фантазиям даже совершенно здорового человека.

медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

Стриптиз, полуобнаженные официантки и другой обслуживающий персонал в специальных кафе, открытые гримерки актеров, вынесение столиков кафе в выступающие стеклянные "фонари", псевдооткровенные репортажи из жизни "звезд", скандальные подробности из быта известных людей - все это также проявления вуайеризма.

Так что же - все больны? Ни в коем случае, просто любопытство как было, так и остается главным двигателем прогресса человечества.

Так что проще приспособить свои запросы к реальной жизни, чем бороться с ними. В своей семье можно разжигать страсть супруга "случайной" демонстрацией ножек или груди. Пройти мимо него в полупрозрачном халатике - и можно надеяться на более страстную ночь, чем обычно. Наклониться в поисках чулка под кроватью, выпятив соблазнительные округлости, - и он может отреагировать тут же. То же самое вполне возможно и при разглядывании мужчины.

При этом не надо стесняться - это сделает вас неуклюжими, неловкими. Конечно, если есть недостатки фигуры, их нужно сглаживать, но помните, что тело человека - самое прекрасное зрелище на свете. Им не грех и полюбоваться.

Сексологи нередко рекомендуют своим пациентам просмотр эротических фильмов (что тоже является определенной формой вуайеризма), чтобы раздвинуть свои представления о сексе. И это не патология, а лишь путь познания. А порой для раскрепощения люди снимают сами себя в интимные моменты, затем просматривают отснятое. И это тоже индивидуальный, но вполне нормальный путь.

ЭТИ ВЕТРЕНЫЕ "СОВЫ"

Оказывается, "совы" и "жаворонки" различаются не только режимом дня, но и отношением к сексу.

По данным новейших исследований, примерно 59 процентов мужчин, привыкших поздно ложиться спать и поздно вставать, придают сексуальной жизни очень большое значение. Среди тех, кто рано ложится в постель, но зато без труда просыпается ни свет ни заря, таких только 21 процент.

Любовный аппетит у "сов" часто сильнее, чем у "жаворонков", но это имеет и обратную сторону: "совы" более склонны к непостоянству и изменам, так как всевозможные увеселения, загулы и вечеринки, происходящие в темное время суток, этому весьма способствуют. Кроме того, "совы" чаще выбирают себе работу с гибким графиком, не требующую ранних подъемов и оставляющую больше времени на личную жизнь. С другой стороны, "жаворонок" способен подарить вам настоящее пиршество страсти в 8-9 часов утра (время максимальной концентрации половых гормонов в крови) - конечно, если вы тоже "жаворонок".

Антонина ГРОМОВА.

Мне кажется, что наступило время, которое отметится в нашей памяти как минимум двумя приметами: дешевыми кожаными куртками и бананами, по ценам соизмеримыми с ранним картофелем. Экзотический тропический фрукт и непритязательный "второй хлеб", произрастающий аж за полярным кругом. Ярко-желтый палец (по-арабски банан означает "палец"), образующий живописные гроздья, и совершенно нефотогеничный подземный клубень. Как можно проводить между ними знак равенства? Парадокс, не правда ли?

ИСКУШЕНИЕ БАНАНОМ

Неудивительно, что, с детства приученные к картофелю, мы с какой-то гипертрофированной жадностью набросились на ставшие доступными бананы, обходя стороной привычные яблоки и даже солнечные апельсины.

Кстати, о яблоках. В цейлонской легенде о сотворении Мира Ева искушает Адама не яблоком, а... бананом!

Почему бы и нет? Ведь записи о первой в Китае банановой плантации датируются 200 годом после Рождества Христова, а среди первых европейцев, попробовавших этот фрукт, мы обнаруживаем Александра Македонского, который в 327 году отведал банан в долине Инда.

Мы же, россияне, по-настоящему до отвала попробовали его лишь в 90-х годах XX столетия, не особенно задумываясь при этом, чем же наполняется наш организм вместе с такой податливой сладкой мякотью?

Главное слово произнесено. Многие из нас страдают пониженным содержанием сахара в крови (гипогликемией). [illegible]ость, раздражительность [illegible]. Эти симпто[illegible] побороть при помо[illegible] банана. Ведь в 100 г содер[illegible] 18,8 г углеводов. Для

неумеренное употребление их в пищу порождает много газов, сгущает кровь и лимфу, служит причиной появления закупорок, ослабляет переваривающую силу, особенно у людей с холодной и властной натурой, а также у людей, живущих во влажном климате. Эти отрицательные свойства еще больше усугубляются, если бананы запивают водой.

Впрочем, исправляют эти отрицательные свойства заеданием их соленой пищей, а также медом или сахаром-песком.

А теперь - внимание, молодые мамы! О полезных свойствах бананов подробно написано ниже, но вот то, что должны знать именно вы. Обычно детям в первые 6-8 месяцев яблоки, персики, груши, абрикосы, чернослив и т.д. дают в вареном виде и только бананы можно давать в сыром, сохраняя таким образом все его питательные свойства. Правда, они должны быть абсолютно спелыми, то есть с черными пятныш-

холестерина в крови. В белке банана присутствуют все восемь незаменимых аминокислот, необходимых для построения клеток.

Банан содержит больше калия и магния, чем все остальные фрукты. Организму человека требуется 3,5 мг калия ежедневно. Один банан содержит десятую часть этого количества. Калий особенно нужен тем, кто регулярно принимает антибиотики, и тем, кто даже после небольшого физического напряжения обливается потом. Он контролирует содержание воды в организме, отвечает за кислотно-щелочное равновесие.

Вообще-то магний называют "генеральным контролером" человеческого организма. Подсчитано, что он играет важную роль более чем в 200 различных реакциях с участием ферментов и, вероятно, во многих других.

Из небольших недомоганий, которые могут, хотя и необязательно, указывать на недостаток магния, можно отметить та-

тета в результате научных исследований пришли к выводу, что включение банана в рацион значительно снижает риск заболевания инфарктом миокарда.

Обычно употребление бананов в пищу создает хорошее настроение. Они помогают при сухом кашле, першении в горле и гортани; увлажняют желудок и закрепляют живот, устра-

Вот тут я подошел, пожалуй, к самому главному моменту своего повествования: для людей с холодной влажной натурой и слабым организмом, а также для людей, проживающих в регионах с сырым климатом, бананы вредны. Их можно использовать как добавку к молочным продуктам, например йогурту или творогу; сделать бутерброд с обычным хлебом, смешать в миксере с соком, с мороженым, но никак нельзя заменять ими обед или ужин... В противном сл[illegible]

"ОКОВИТ с черникой" - видимый результат с первого дня!

Прием одной таблетки в день обеспечивает:
✓ необходимую витаминно-минеральную поддержку;
✓ восстановление всех основных структур глазного яблока;
✓ предотвращает развитие миопии и катаракты. Необходим в послеоперационный период.

Рекомендован к применению офтальмологами ведущих научных и лечебных центров РФ
Награжден золотой медалью им. И.И. Мечникова

Спрашивайте в аптеках!
Заказ по почте:
119119, Москва, Ленинский проспект, 42, ком. 32-16.

Москва	145-75-00, 748-51-22, 137-01-16, 938-78-78
Омск	55-72-30, 41-32-56
Санкт-Петербург	567-20-91, 350-11-93
Ангарск	513-334

Препарат сертифицирован. Рег. уд. № 003749.Р.643.01.2002

...многие из нас страдают пониженным содержанием сахара в крови (гипогликемией). Усталость, раздражительность и подавленность. Эти симптомы можно побороть при помощи банана. Ведь в 100 г содержится до 18,8 г углеводов. Для сравнения: в яблоке тот же показатель - 13,1, в апельсине - 11,9.

Больные сахарным диабетом могут спокойно лакомиться бананом. Следует только помнить, что в зеленовато-желтом банане углеводы содержатся в виде медленно усваиваемого крахмала.

В спелом же банане крахмал уже превратился в моносахариды - глюкозу, фруктозу и сахарозу. Благодаря различным по строению сахарам данный фрукт является прекрасным источником энергии. Причем они растворяются постепенно и выделяют энергию равномерно в течение длительного времени. Это уникальное свойство бананов порождает искушение употреблять их вместо другой еды, взамен обеда, например. Как говорится, съел - и порядок.

Однако диетологи предостерегают - есть бананы натощак вредно. Постоянное или

Детям в первые 6-8 месяцев яблоки, персики, груши, абрикосы, чернослив и т.д. дают в вареном виде и только бананы можно давать в сыром, сохраняя таким образом все его питательные свойства. Правда, они должны быть абсолютно спелыми, то есть с черными пятнышками на коже и внутри светло-коричневого цвета. Хорошо разомните банан вилкой и добавьте немного молока, если масса получилась слишком густой.

Итак, один банан весом в 100 г содержит чрезвычайно много (0,23 мг) полезного для кожи каротина. В нем также немало витаминов группы В, влияющих на нервную систему и обмен веществ, и до 12 мг витамина С. В отличие от яблока толстая кожура банана эффективно бережет витамины - они останутся в нем вплоть до того момента, когда вы решите его съесть.

Здоровая пища должна быть богата и разнообразна и при этом содержать мало жиров. Банан прекрасно вписывается в эту концепцию, так как несет в себе лишь 0,18 г жиров на 100 г продуктов. И каких! Даже такое крошечное количество состоит из полиненасыщенных жирных кислот, снижающих уровень

...ют "генеральным контролером" человеческого организма. Подсчитано, что он играет важную роль более чем в 200 различных реакциях с участием ферментов и, вероятно, во многих других.

Из небольших недомоганий, которые могут, хотя и необязательно, указывать на недостаток магния, можно отметить такие наиболее характерные, как подергивания век, нечто вроде тумана или летающих точек перед глазами, ползание мурашек в конечностях, ночные судороги в ногах, затем выпадение волос, ломкость ногтей (как при нехватке железа), а также кариес (как при нехватке кальция). Кроме того, появляется повышенная чувствительность к перемене погоды, ощущение усталости по утрам, кошмарные сны, потливость по ночам.

Если лишить человека витамина B_6 и магния, можно ожидать, что он очень быстро располнеет. Но не только. У него рано начнет развиваться склероз, окажется в опасности сердце.

Кстати, ученые Сан-Диегского универси-

...карда.

Обычно употребление бананов в пищу создает хорошее настроение. Они помогают при сухом кашле, першении в горле и гортани; увлажняют желудок и закрепляют живот, устраняют худобу почек, способствуют половой потенции у людей с горячей натурой.

также для людей, проживающих в регионах с сырым климатом, бананы вредны. Их можно использовать как добавку к молочным продуктам, например йогурту или творогу; сделать бутерброд с обычным хлебом, смешать в миксере с соком, с мороженым, но никак нельзя заменять ими обед или ужин... В противном случае вас ожидают болезни и недомогания, названные мною выше.

Олег ЛЮБИН.

ЖИВЫЕ ВИТАМИНЫ ЛУЧШЕ

Это только у генерала де Голля да еще у нескольких тысяч людей на планете близорукость с годами продолжала прогрессировать. А вообще-то для тех, кому за пятьдесят, главным бичом является развивающаяся дальнозоркость.

Она, конечно, по мере усугубления заболевания можно менять стекла в очках. Кроме того, врачи еще и поливитамины прописывают, успокаивая при этом тем, что при дальнозоркости низок риск развития катаракты. Да только ей, увы, страдающим дальнозоркостью, от этого не легче.

Вместе с тем давно известно, что витамины, потребляемые не в форме драже, а в составе овощей и фруктов, намного лучше усваиваются организмом, а потому и обладают более мощными целебными свойствами. Это еще раз доказали исследования, проведенные специалистами московского Центра народного целительства, кстати, еще раз подтвердившие, что рецептам наших предков можно и нужно доверять.

Ведь что требуется глазам? Витамины А, В и С. Но лучше, конечно, не в таблетках. Поэтому людям с ослабленным зрением необходимо следить за тем, чтобы в их рационе преобладали творог, цитрусовые, семечки подсолнечника, помидоры, облепиха, красный перец, морковь. Сахар надо заменить медом. А вот от острых приправ надо отказаться, вместо кофе пить чай. Уже через месяц-другой после перехода на такой рацион вы почувствуете, что зрение у вас если и не улучшилось, то хотя бы перестало ухудшаться.

Но постоянное потребление этих овощей вполне естественно может надоесть. Поэтому делайте витаминные салаты. Вот рецепт только одного салата, полезного для зрения.

Свежую белокочанную капусту нашинкуйте, залейте кипятком и оставьте до полного остывания. Ту же процедуру проделайте с зеленой фасолью. Затем все это отожмите, смешайте, добавьте мелко нарезанные петрушку, сельдерей и морковь. А заправьте соевым или подсолнечным маслом. Через некоторое время вы сами почувствуете, что зрение у вас стабилизируется.

Естественно, компоненты салата можно заменять на равноценные по полезности

Татьяна ГУРЬЕВА

ШЕСТЬ СОВЕТОВ ОТ "ПШИЯЧУЛКИ"

Многие мужья, видя, как их жены подолгу рассматривают себя в зеркале, начинают раздражаться, а порой и скандалы закатывают. И зря. Лучше бы на себя в зеркале посмотрели. Особенно с утра до умывания... А женщинам, которые следят за собой, пригодятся советы, которые дает польский журнал "Пшиячулка":

1. Несмотря на демократичность и даже пестроту современной моды, все же гармонию надо соблюдать во всем. Даже в выборе цвета губной помады. Так, к серым глазам подходят светло-бежевые и сливовые оттенки, к зеленым - красно-оранжевые и терракотовые, к карим - бледно-розовые, ярко-красные и, естественно, коричневые, а к голубым глазам - вишневые и розово-бежевые.

2. Дважды в день надо обязательно заниматься волосами. Утром их причесывают для придания формы, а вечером для очистки от накопившейся за день пыли, для массажа и отдыха. Делать это надо щеткой из жесткой щетины или расческой из мягкой пластмассы.

3. Не рекомендуется красить ломкие или плохо растущие волосы. Если же эти дефекты отсутствуют, красьте на здоровье. Только учтите, что тонкие волосы окрашивать труднее, чем толстые. И еще запомните, что делать "химию" на окрашенных волосах очень вредно.

4. Никогда не суетитесь при выборе парфюмерии. Если даже магазин рядом, но вы ограничены во времени, лучше пройдите мимо, а покупку отложите на потом. Но если время и есть, не пытайтесь решить проблему одним махом, перенюхав весь ассортимент. Ваш нос вскоре откажется воспринимать запахи.

Самое верное средство - это капнуть понравившуюся туалетную воду или духи на кожу запястья. Это, с одной стороны, дает возможность оценить стойкость парфюмерного средства, а с другой - разобраться: то ли это, что вам нужно, ведь его аромат уже через минуты будет постепенно меняться.

5. Если ваши зубы желтоватого оттенка, проявляйте особую щепетильность при выборе помады. Губы, выкрашенные в кирпичный или коричневый цвет, подчеркнут и даже усилят желтизну зубов. А вот скрыть ее помогут голубоватые оттенки. Если же вам очень нравится красный цвет, то в этом случае надо выбирать не очень темные его оттенки.

6. Наконец, о коже. Вообще-то для выяснения ее типа надо бы обратиться к косметологу. Но в общих чертах такую оценку можно сделать и самостоятельно. Для этого примерно через час после умывания надо приложить к лицу чистое стекло или не побывавшую в употреблении кальку. О том, что кожа у вас жирная, будут свидетельствовать появившиеся на них жирные пятна. Отсутствие таких пятен говорит о сухой коже.

Татьяна ГУРЬЕВА.

ЧАЙ ВМЕСТО ВЕНИКА

О пользе русской бани, да еще и с березовым веником, спорить трудно. Но оказывается, что не только березовые листья хороши в бане.

Специалисты Института гомеопатии и натуротерапии Минздрава Российской Федерации, изучив древние народные традиции, пришли к выводу, что веник в парной могут дополнить, а некоторым, у кого на березу аллергия, и заменить листья земляники. Только ими не париться нужно в классическом понимании этого слова, а готовить из них чай.

Особенно хорошо пить такой чай в предбаннике между заходами в парную. Он вызывает обильное потоотделение и выводит из организма токсины. Причем в отличие от веника такой чай избавляет от шлаков не только подкожный слой плоти, а весь организм. Он также помогает при отложении солей, гипертонии и атеросклерозе.

Рецепт приготовления земляничного чая таков. Надо взять 20 граммов измельченных листьев земляники, залить их двумя стаканами кипятка, прокипятить пять минут и дать остыть. Через два часа процедить, разбавить горячей водой и добавить ложку меда. Пить такой чай приятно - он вкусный и ароматный.

Кстати, таким же полезным является чай и из листьев малины. Пить эти чаи надо только горячими - иначе нужного эффекта не будет.

Владимир ГУРЬЕВ.

ЛЕЧЕБНЫЙ ПИСК ЗДОРОВЬЯ

ходно в классическом по-

слой плоти, а весь организм. Он также помогает при отло-

ного эффекта не будет.

Владимир ГУРЬЕВ.

стья. Это, с одной стороны, дает возможность оценить стойкость парфюмерного средства, а с

сутствие таких пятен говорит о сухой коже.

Татьяна ГУРЬЕВА.

ВОЛШЕБНЫЙ ДИСК ЗДОРОВЬЯ

"Мы прекрасная пара, 30 лет живем душа в душу. Со студенческой скамьи страдаю остеохондрозом, но до 45 лет это меня практически не беспокоило. Потом как будто планку какую-то перескочила - болячки так и посыпались. Муж не успевал лекарства покупать, хоть и у самого давление начало скакать и желудок побаливать. В последнее время все мои скрытые и приобретенные болячки обострились. Полгода не могла встать с кровати, спина болела, давление было такое, что уши закладывало.

Лекарства покупали разные, дорогие и дешевые, но со временем и они перестали помогать. Один из друзей мужа дал попробовать "МЕДИВ", и вот я вам уже могу спокойно написать это письмо. После нескольких применений моим удивлением было то, что я ИДУ. буквально была ошеломлена этой радостью. Потом обратила внимание на то, что нормализовалось давление, улучшилось общее состояние. А самое главное, что за последнее время я не приняла ни одной таблетки и ни разу не обратилась к врачу.

Прошу вас выслать два прибора - один мне, другой мужу".

Кузнецова М.П. г. Киров.

стала намного меньше беспокоить. Я сейчас чувствую себя хорошо, улучшился сон. От всей души благодарю. Мне 73 года".

Статешный Н.Т. Ростовская обл.

Мы получаем множество писем от людей, которым "МЕДИВ" помог излечить их болезни, принес в их дом радость и благополучие. Причина тому - широкий спектр заболеваний и расстройств, с которыми помогает справиться бионормализатор:

заболевания опорно-двигательного аппарата (артриты, артрозы, остеохондроз позвоночника)

травмы, ушибы, переломы, послеоперационные раны

сердечно-сосудистые заболевания: гипертония, стенокардия, ишемическая болезнь сердца

заболевания бронхолегочной системы: бронхиты и т.д.

нервной системы: радикулиты, невриты и т.д.

желудочно-кишечного тракта: язвенная болезнь и заболевания 12-перстной кишки

щитовидной железы

мочевыводящей системы

гинекологическая патология

и многое другое.

"МЕДИВ" способен не только лечить, но и предупреждать появление неприятных недугов (мощный профилактический эффект проявляется особенно в отношении заболеваний, вызываемых стрессами или плохой экологией), что подтверждено клиническими испытаниями, доказавшими его эффективность. Они проводились в течение семи лет в 19 признанных научных центрах страны, включая самые авторитетные учреждения. Достаточно назвать Центральный госпиталь ФСБ, Российскую военно-медицинскую академию, НИИ традиционных методов лечения, С.-Петербургскую государственную педиатрическую академию.

"МЕДИВ" изготовлен из натурального экологически чистого растительного и животного сырья. Он практически не имеет противопоказаний и побочных действий, и все же мы не рекомендуем его применение беременным, детям до 5 лет, больным в остром периоде инфаркта миокарда и при наличии электрокардиостимулятора. "МЕДИВ" полностью совместим с натуропатическими средствами лечения, фитотерапией, гомеопатией, диетотерапией. Использование "МЕДИВа" - это хорошее дополнение к привычному медикаментозному лечению (он усиливает действие ряда препаратов) и физиотерапии.

"МЕДИВ" с вами везде - на работе, на учебе, дома, на отдыхе. Вы занимаетесь своими делами, а "МЕДИВ" - лечит и защищает ваше здоровье. Он очень прост в применении. Прикрепите прибор в нужной точке и занимайтесь своими делами. Свое лечебное действие "МЕДИВ" оказывает при контакте с телом. Слабые и сверхслабые поля, формируемые компонентами биомассы, взаимодействуют с организмом по принципу биологически обратной связи. Настраиваясь на частоту клетки, "МЕДИВ" вынуждает ее естественным путем достичь энергобаланса. Диск воздействует на "очаг" болезни, в результате чего клетки больного органа активизируются, самоочищаются, избавляются от шлаков, улучшается их насыщение кислородом.

"МЕДИВ" крепят на 8-12 часов на область патологии, источника боли или на биологически активные точки. Оптимальный курс лечения 3-4 недели. В большинстве случаев болевой синдром снимается сразу после первого применения.

Немаловажен и экономический аспект. "МЕДИВ" доступен по цене, и пользоваться им можно сегодня, завтра, через месяц, через год и всем членам вашей семьи (гарантийный срок использования три года). Он доступен в любое время года при любых условиях и не требует источников дополнительного электропитания. Недаром пенсионеры, подсчитав реальную экономию средств, окрестили его "копилкой здоровья".

"Полгода назад заказала у вас "МЕДИВ". За 4 месяца использования нормализатора я практически избавилась от аритмии. У меня прекратились боли в суставах (полиартрит мучил меня около 20 лет), восстановилась почти до нормы функция печени, не стала так сильно мучить гипертония. Да и вообще стала чувствовать себя совсем другим человеком, таблетку позволяю себе только в экстренном случае.

Жалею о том, что не знала о "МЕДИВе" лет десять тому назад, возможно, смогла бы предотвратить 2 операции.

А пишу я еще вот почему. Недавно у внука обнаружили хр. бронхит с астматическим компонентом. Хочу попробывать полечить его "МЕДИВом", но свой применять боюсь, он, наверное, столько в себя взял моих болячек. Поэтому прошу выслать мне еще один "МЕДИВ".

Черныхова Л.А. Краснодарский край.

"От всей души благодарю за вашу отзывчивость, что Вы выслали мне препарат "МЕДИВ". Он мне помог устранить боль в суставах колен, пояснице, в пальцах рук и в стопах ног. Да и моя язва

Для того чтобы заказать прибор напишите заявку на почтовой карточке и отправьте ее по адресу: **302001, г. Орел, а/я 4(ДД), "МЕДИВ".**

В заявке обязательно укажите свой почтовый индекс, адрес, фамилию, имя, отчество, а также название, количество приборов и подпись. Оплата производится при получении на почте. **Стоимость прибора 460 руб. + 8% почтовые расходы.**

Получить более подробную информацию и заказать прибор можно по телефону: **8(0862) 43-91-19 (с 10 до 19 часов)** или по электронной почте: **mediv@inbox.ru** Заказ высылается по почте наложенным платежом.

СПЕЦИАЛЬНОЕ КРЕПЛЕНИЕ В ПОДАРОК

ЕДИНСТВЕННЫЙ ОФИЦИАЛЬНЫЙ ПРОДАВЕЦ НА ТЕРРИТОРИИ РФ

Регистрационное удостоверение МЗ РФ №29\23020502\3507-02 от 11.09.2002г
Лицензия 42\2001-0132-0023 от 28.03.2001

ИМИТАЦИЯ АППЛИКАЦИЙ, ИЛИ МИНИ-КВИЛТЫ

Какое разнообразие тканей начинает нас окружать, когда мы погружаемся в волшебный мир лоскутного шитья! Романтичный мелкий цветочек, сочные полоски, переплетающиеся листья и цветы и многие другие замечательные рисунки. Художники, создавая ткани, уже вложили свой талант в рисунок и фактуру, и мы, как завороженные, рассматриваем витрину и приобретаем те или иные материалы, иногда не зная, куда их применить. Но уж очень понравились, цветом ли, рисунком, фактурой.

...рассказать о ...тканей с изоб-

ткань с крупным рисунком, шелковые нитки или просто

верхней части машины на... иглой. Прижим лапки регу... руется в соответстани...

Здесь я хочу рассказать о применении тканей с изображением крупных фигур - птиц, животных, людей, цветов, иногда пейзажей и т.д. Не часто, но все же встречаются такие крупные рисунки, которые резать рука не поднимается. Как правило, они хорошо прорисованы, изображены на соответствующем фоне, и остается только вырезать из общего куска ткани и оформить в рамочку такой рисунок. Мы с вами так и поступим, но, конечно, кое-какие дополнения внесем, чтобы работа выглядела как классический квилт и у непосвященных не возникало сомнений по поводу кропотливой рукотворности произведения.

Для работы понадобится ткань с крупным рисунком, шелковые нитки или просто нитки разных цветов, синтепон и ткань для задника.

Вырежьте рисунок из куска ткани таким образом, чтобы вокруг него оставалось достаточно фона с каждой стороны. Сметайте эту заготовку с куском синтепона и задником. Размер синтепона и задника со всех сторон больше заготовки минимум на 4 см, а то и более. Это размер каймы, и лучше, если вы сразу сможете решить, какого размера она будет. Прометайте заготовку по краю среза, чтобы он не топорщился, а затем заверните края синтепона вместе с задником налицо так, чтобы синтепон не был виден. Подогните срезы и приметайте край по периметру. Область

будущей каймы получится сложенной вдвое и должна закрыть синтепон, чтобы при дальнейшей работе он не цеплялся иглой швейной машины.

Внимательно посмотрите на рисунок, что бы вы хотели выделить, а что приглушить, это легко сделать с помощью цветных ниток и различных швов. Но, может быть, вполне достаточно только подчеркнуть то, что есть. Прошейте основные линии нитками разных цветов плотным швом зигзаг, второстепенные - прямой строчкой, только подчеркивая уже существующие полоски и контуры. Фон рекомендую заполнить сплошной стежкой. Это могут быть просто частые полоски или сеточка, волнистые линии или более густой бисерный шов, или "мозги".

Для выполнения такой стежки нужна лапка для штопки/вышивки, нижний транспортер швейной машины опускаете, регулируете прижим лапки, как правило, соответствующий регулятор находится в верхней части машины над иглой. Прижим лапки регулируется в соответствии с толщиной изделия. При прошивании должна быть качественная строчка без перетяжек нитей на лицевую или изнаночную сторону. Закончив простегивание фона, выдерните нитки приметки, расправьте края и пришейте кайму, как видите, она может быть очень разнообразной и, возможно, тоже простеганной. Чтобы край был ровным, а это необходимое условие при изготовлении квилтов, обязательно пришейте окантовку. Окантовка выкраивается по долевой и в два сложения.

Особо хочу отметить те работы, которые выполняются вручную. Довольно часто рисунок на ткани имеет сложный контур и маленькие размеры, на машине их не обошьешь, и вот тогда, если вы обладаете терпением и особой творческой страстью к ручной работе, то можете создать свой маленький шедевр. Здесь, как правило, стежка переплетается с вышивкой, и только вы принимаете решение, где какие швы прокладывать, какие линии выделить, какие вообще не прошивать. В такой работе соблюдайте ту же последовательность, что и при шитье на машине. Кайму и окантовку пришивайте машинным швом.

Лариса БАНАКИНА.

КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

ГРИБНОЕ ЛУКОШКО

РАГУ СО СВЕЖИМИ ГРИБАМИ

Сначала приготовьте все продукты по отдельности: отварите стакан риса, обжарьте кабачки (лучше на сливочном или домашнем маргарине), поджарьте свежие красные помидоры (лучше некрупные, чтоб сохранили форму). Свежие грибы обжарьте с репчатым луком практически до готовности.

Если вы сами собирали грибы, то их можно не варить, а только ошпарить кипятком, а если купили, то лучше сначала подержать в соленой воде минут 10, промыть и отварить перед жаркой.

Грибы лучше брать небольшие (белые, подосиновики, подберезовики) и только их шляпки.

Когда у вас все будет готово, уложите продукты в невысокую кастрюлю слоями: *рис, грибы, кабачки, помидоры и так далее. Если есть утятница или большая глубокая сковорода - еще лучше. Блюдо не перемешивайте, а чтобы не подгорело, кастрюлю время от времени нужно* солите. Если плохо румянится, то накройте минут на 10 крышкой, только следите чтобы не подгорело.

На стол подавайте прямо в сковороде.

КАРТОШКА В СКОВОРОДКЕ

Возьмите очищенной сырой картошки столько, сколько поместится в глубокую сковороду. Разрежьте клубни пополам. Середину вырежьте, освободившееся место заполните уже подготовленными грибами с репчатым луком, добавьте, если нужно, масло. Пустоты между картофелинами заполните вырезанными кусочками. Поставьте в хорошо разогретую духовку. Время от времени вынимайте сковороду, если нужно - добавьте масло. Когда картошка зарумянится, сверху полейте майонезом или сметаной, по-

ПИРОГ "ОСЕННИЙ"

Этот пирог особенно хорош с солеными рыжиками, но они бывают редко, поэтому чаще я пеку его с солеными волнушками.

Тесто берем слоеное, если некогда, приготовьте быстрый вариант: 2 стакана муки, 200 г масла или маргарина (только маргарин берите в пачках, а не мягкий в баночках), немного воды. Замесите, немного охладите, раскатайте два коржа: первый корж выложите на сма-

КАРТОШКА ИЗ КРОШКИ

КАРАВАЙ ИЗ СУХОГО ХЛЕБА

Вам потребуется батон сухого белого хлеба, 100 г сливочного масла, полстакана сахара, 2 яйца, стакан молока, пакетик ванилина.

У батона срежьте корочку. Мякиш натрите на терке, залейте кипящим молоком и тщательно перемешайте до получения однородной массы. Дайте постоять примерно час, еще раз перемешайте, добавьте размягченное масло, взбитые с сахаром яйца и замесите тесто. Выложите его в смазанную и присыпанную сухарями форму и выпекайте в разогретой духовке при температуре 210-220 градусов 40-45 минут. Готовый каравай смажьте сливочным маслом и посыпьте сахарной пудрой.

КЕКСЫ ИЗ СУХАРЕЙ

Возьмите половину черствого батона белого хлеба, стакан муки, 150 г сливочного масла, яйцо, по 3 столовых ложки сахара и какао, пол чайной ложки соды, 5 столовых ложек молока или сливок, пакетик ванильного сахара, соль - на кончике ножа.

Батон пропустите через мясорубку или натрите на терке. Добавьте смешанную с содой, ванилином и какао муку, растертое с сахаром, солью и яйцом масло, влейте сливки и все

ченную массу на посыпанную мукой доску и слепите маленькие шарики. Выложите изделия на смазанный противень и выпекайте при температуре 210-230 градусов в течение 15-20 минут. Готовое печенье посыпьте сахарной пудрой.

ВОЗДУШНЫЙ ПИРОГ

Вам понадобится: 4 толстых ломтя подсушенного белого хлеба, 4 куска сыра, 0,25 л молока или сливок, 1-2 яйца, соль, перец.

Хлеб и сыр слоями выложите в смазанную маслом форму. Молоко, яйца, пряности смешайте и залейте пирог. Выпекайте в разогретой духовке до подрумянивания. При желании можно добавить еще слой мелко порезанных помидоров.

ПИРОЖНОЕ "КАРТОШКА"

На литровую банку пропущенных через мясорубку сухарей возьмите по стакану сахара и молока, 150 г сливочного масла, столовую ложку какао, 10-15 штук грецких орехов, 2-3 столовые ложки какого-нибудь фруктового сока. Помимо этого, вам потребуется небольшое количество сухарей, какао и сахара для посыпки готовых пирожных.

Грецкие орехи измельчите. В молоко добавьте сахар и вскипятите. Затем в эту массу положите сливочное масло и какао, предварительно разведенное в

Готовый торт остудите, разрежьте на 2 коржа и промажьте кремом. Крем готовится следующим образом. Яйца, муку, сахар и орехи смешайте, залейте горячим молоком и варите на слабом огне, постоянно помешивая до густоты сметаны. Крем остудите и, помешивая, постепенно введите размягченное сливочное масло.

Сверху готовый торт тоже смажьте кремом и посыпьте измельченными орехами.

СЫРНЫЕ ХЛЕБЦЫ

Черствый белый хлеб нарежьте ломтиками, обжарьте с одной стороны в масле или маргарине и, перевернув, положите на поджаренную сторону по кусочку сыра, продолжайте жарить, но уже под крышкой.

Можно приготовить несколько иначе. Ломтики хлеба смажьте маслом с обеих сторон, посыпьте тертым сыром или положите по кусочку подкопченного колбасного сыра и запеките в духовке. Или более острый вариант. На гренки положите массу из тертого сыра *взбитого яйца и красного перца и запеките в духовке*

ОРЕХОВЫЙ ТОРТ С СУХАРЯМИ

Вам потребуется 3 стакана молотых и 4-5 целых ядер грецких орехов, стакан молока,

высокую кастрюлю слоями: рис, грибы, кабачки, помидоры и так далее. Если есть чугунница или большая глубокая сковорода - еще лучше. Блюдо не перемешивайте, а чтобы не подгорело, кастрюлю время от времени нужно встряхивать. Тушите на слабом огне.

ГОРЯЧИЕ БУТЕРБРОДЫ С ГРИБАМИ

Для этого блюда лучше всего подойдут рыжики или опята, жаренные с луком.

Белый хлеб обжарьте с одной стороны, переверните на другую, выложите на нее грибы, потом полейте майонезом, посыпьте тертым сыром.

некогда, приготовьте быстрый вариант: 2 стакана муки, 200 г масла или маргарина (только маргарин берите в пачках, а не мягкий в баночках), немного воды. Замесите, немного охладите, раскатайте два коржа: первый корж выложите на смазанную сковороду, сверху - мелко нарезанные соленые волнушки с луком, потом - второй корж, и поставьте в духовку. Лучше печь в глубокой сковородке. Для красоты пирог можно смазать яйцом, смешанным с растительным маслом, но не до краев, чтобы не подгорало.

Людмила ПРОШУТИНСКАЯ.
г. Тихвин
Ленинградской области.

ПИКАНТНЫЙ САЛАТ

Вам потребуется сельдь, луковица, помидор, один сладкий перец, пучок зеленого салата, 2 столовые ложки растительного масла, столовая ложка уксуса (по желанию можно добавить маслины), соль и перец по вкусу.

Сельдь очистите, удалите кости, смешайте с прочими мелко нарубленными продуктами. Из растительного масла, уксуса, соли и перца приготовьте соус и заправьте им салат.

ЯЙЦА С ВЕТЧИНОЙ

На 400 г ветчины возьмите 4 яйца, чайную ложку муки, 60 г панировочных сухарей, жир для жаренья.

Ветчину мелко порубите, яйца взбейте, смешайте с мукой и панировочными сухарями. Из этой массы приготовьте клецки величиной с голубиное яйцо и обжарьте во фритюре.

Мина ЗУКУРОВА. г. Моздок. Северная Осетия.

ложек молока или сливок, пакетик ванильного сахара, соль - на кончике ножа.

Батон пропустите через мясорубку или натрите на терке. Добавьте смешанную с содой, ванилином и какао муку, растертое с сахаром, солью и яйцом масло, влейте сливки и все тщательно перемешайте. Тесто выложите в смазанные маслом формочки и выпекайте при температуре 210-220 градусов в течение 20-25 минут. Готовые кексы смажьте сливочным маслом и посыпьте сахарной пудрой. Можно залить их шоколадной глазурью и посыпать кокосовой стружкой.

СУХАРНОЕ ПЕЧЕНЬЕ

Вам понадобится 1,5 стакана молотых сухарей из белого хлеба, стакан муки, 200 г сливочного масла или маргарина, 2 яйца, пол чайной ложки соды, 3-4 столовые ложки какао, полстакана сахара, полпакетика ванилина, полстакана молока или сливок, четверть чайной ложки соли.

Сухари смешайте с содой и обжарьте на сухой сковороде Муку смешайте с какао, добавьте обжаренные сухари. Остальные продукты взбейте миксером в пену и, не переставая взбивать, добавьте муку с сухарями. Выложите полу-

го, вам потребуется небольшое количество сухарей, какао и сахара для посыпки готовых пирожных.

Грецкие орехи измельчите. В молоко добавьте сахар и вскипятите. Затем в эту массу положите сливочное масло и какао, предварительно разведенное в небольшом количестве воды или молока. В последнюю очередь добавьте сухари, смешанные с грецкими орехами и влейте сок. Полученную массу хорошо вымешайте и скатайте из нее небольшие шарики величиной с грецкий орех. Каждый шарик обваляйте в сухарях, смешанных с порошком какао и сахаром.

СУХАРНЫЙ ТОРТ

На стакан пропущенных через мясорубку сухарей из ржаного хлеба возьмите 5 яиц и полстакана сахара. Для крема: 2 яйца, столовая ложка муки, две трети стакана сахара, стакан молока, полстакана измельченных орехов, 100 г сливочного масла.

Яичные желтки разотрите с сахаром и добавьте подготовленные сухари, а затем введите белки, взбитые в густую пену. Полученную массу хорошо перемешайте и выложите в смазанную маслом и посыпанную ржаными сухарями форму. Выпекайте в духовке 15-20 минут.

ложите массу из тертого сыра, взбитого яйца и красного перца и запеките в духовке.

ОРЕХОВЫЙ ТОРТ С СУХАРЯМИ

Вам потребуется 3 стакана молотых и 4-5 целых ядер грецких орехов, стакан молотых белых сухарей, 200 г маргарина, 3 яйца, 4 столовые ложки сахара, стакан молока.

Сухари смешайте с орехами, добавьте масло, растертые с сахаром яичные желтки, молоко и все тщательно перемешайте. В самом конце введите в тесто взбитые в крепкую пену белки. Осторожно перемешайте, выложите тесто в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Выпекайте при температуре 190-200 градусов примерно час.

Готовый торт залейте глазурью и украсьте половинками орехов.

Для приготовления глазури тщательно перемешайте 5 столовых ложек сахара, 50 г сливочного масла, 3 столовые ложки молока, 2 чайные ложки какао. Полученную массу доведите до кипения на слабом огне, постоянно помешивая.

Наталья ЛОГИНОВА.
г. Самара.

ЯБЛОЧНАЯ БЕЗДЕЛУШКА

ЯБЛОЧНЫЙ ПИРОГ

Вам потребуется по стакану сахара и муки, 4 яйца, 5 крупных яблок.

Яйца взбейте с сахаром, добавьте муку и замесите тесто. Яблоки нарежьте дольками. Половину яблок выложите в смазанную форму, залейте тестом, затем выложите остальные яблоки и выпекайте в умеренно разогретой духовке.

БАБУШКИН ЯБЛОЧНЫЙ ПИРОГ

Вам понадобится 600 г яблок, 2 яйца, 200 г сахара, немного соли. Стакан сметаны или простокваши, 1,5 стакана муки, пол чайной ложки соды, маргарин для смазки, панировочные сухари.

Яблоки очистите и нарежьте маленькими кусочками. Яйца взбейте с сахаром, добавьте простоквашу, соль, муку, соду и яблоки. Переложите тесто в смазанную и присыпанную сухарями форму и выпекайте в духовке со средним жаром примерно 20-25 минут.

ПИРОГ ПО-ТАТАРСКИ

Вам понадобится 500 г сдобного дрожжевого теста (либо готового, либо приготовленного по любом удобному для вас рецепту), 2 крупных яблока, четверть стакана сахара, две трети стакана сметаны, 7 штук печенья, истолченного в крошку.

Тесто раскатайте и уложите на сковороду диаметром примерно 15-18 см. Очищенные яблоки нарежьте дольками и уложите на тесто. Посыпьте сахаром, залейте сметаной, посыпьте крошкой и поставьте на 20 минут для расстойки, а затем выпекайте в разогретой духовке еще 20 минут.

ТОРТ "БЕЗДЕЛУШКА"

Вам понадобится 300 г маргарина, 3 яйца, 300 г сахара, 300 г сметаны, 350 г муки, 0,5 кг яблок, пол чайной ложки соды.

Масло, яичные желтки и 100 г сахара разотрите до однородной массы. Добавьте сметану, соду, муку. Замесите тесто, переложите в форму и выпекайте в духовке до готовности. Яблоки очистите, нарежьте дольками, поварите 3 минуты в подслащенной воде и откиньте на дуршлаг, чтобы жидкость стекла. Яичные белки взбейте с оставшимся сахаром. Испеченный корж охладите, выложите на него яблочную начинку, залейте взбитыми белками и поставьте в слабо разогретую духовку, чтобы белки подсохли.

Анна САПРЫКИНА.
с. Икряное
Астраханской области.

РЫБНЫЙ КАРНАВАЛ

Эти блюда были представлены учащимися кулинарных училищ и колледжей на Открытом чемпионате Москвы среди юниоров и завоевали высокие оценки жюри.

РУЛЕТ "КАРНАВАЛ"

Два вида рыбы (в данном случае судак и малосоленая форель) нарежьте пластами, отбейте. Выложите на них слоями омлет, шпинат, майонез. Сверните рулет, запеките до готовности, нарежьте порционными кусочками и выложите на блюдо.

ГОРЯЧЕЕ БЛЮДО "ПАЛЬМИРА"

Рыбу нескольких сортов (в данном случае осетрину, форель и семгу) разделайте на филе, нарежьте полосками, прослоите мелко порезанным луком-пореем, сыром и сверните рулет. Подготовленные рулеты отварите, остудите, нарежьте и выложите на блюдо. Оформите блюдо чипсами из картофеля и рисового теста и красным соусом.

САЛАТ, ПОХЛЕБКА И ЖАРКОЕ

КУРИНЫЕ РУЛЕТИКИ

Вам потребуется 5-6 окорочков, 2-3 яйца, стакан молока, 3-4 зубчика чеснока.

С внутренней стороны изгиба окорочков сделайте надрез так, чтобы постепенно снять максимум мяса с костей. Получаются заготовочки в виде кожицы с мясом. Одновременно сделайте [illegible] приготовьте ом- [illegible] и сварите [illegible] мяса и хря- [illegible] ошейте нит- [illegible]

зогретой духовке 40-45 минут.

Соус: вино доведите до кипения и кипятите 10-15 минут. Оно должно выпариться наполовину. Добавьте бульон и убавьте огонь. Готовьте 30-40 минут до загустения. Подсолите по вкусу и положите нарезанную зелень розмарина или тимьяна. Можно заменить сушеными приправами.

поперчите и дайте настояться 5 минут. Мясо обваляйте в муке и яйцах, взбитых с красным сладким перцем и сухарями. Панировка должна получиться толстой. Масло разогрейте на сковороде и обжарьте окорочковые филе 15-20 минут. Подавайте с зеленью.

Блюдо украсьте зеленью, брусникой, рябиной, помидорами.

САЛАТ "НАДЕЖДА"

Это наш самый любимый салат.

Укладывайте слоями, промазывая майонезом, обжаренные измельченные грибы, нарезанные соломкой соленые огурцы, [illegible] куриное мясо,

филе выньте из гриля, посыпьте смесью сыра с орехами, придавите лопаточкой и готовьте в гриле до тех пор, пока смесь не растает. Сразу подайте на стол.

ПОХЛЕБКА КУРИНАЯ "МИНСК"

На 4 порционных горшочка вам потребуется 300 г отварной курицы, 250-300 г картофеля, 40 г сливочного масла, полморковки, половинка луковицы, пол чайной ложки томата на каждый горшок, 50 г белых грибов, специи по вкусу.

САЛАТ, ПОХЛЕБКА И ЖАРКОЕ

КУРИНЫЕ РУЛЕТИКИ

Вам потребуется 5-6 окорочков, 2-3 яйца, стакан молока, 3-4 зубчика чеснока.

С внутренней стороны изгиба окорочков сделайте надрез так, чтобы постепенно снять максимум мяса с костей. Получаются заготовочки в виде кожицы с мясом. Одновременно сделайте еще два дела: приготовьте омлет (яйца с молоком) и сварите кости с остатками мяса и хрящей. Заготовочки сшейте нитками в виде этаких мешочков, в которые уложите уже приготовленный омлет, добавьте чеснок и окончательно зашейте. Рулетики варите 15 минут в том самом "костяном" бульоне, желательно вместе с костями. Духовку разогрейте до 200 градусов. Поставьте туда сковороду с отварными рулетиками (можно положить кусочек масла). Как только появится золотистая корочка - выньте.

ЗАПЕЧЕННАЯ КУРИЦА С ВИННЫМ СОУСОМ

Вам потребуется крупная курица, соль, перец, розмарин или тимьян.

Для соуса возьмите 300 г красного вина, 200 г куриного бульона, розмарин или тимьян.

Натрите курицу солью и перцем. Вовнутрь положите веточку розмарина, можно присыпать сушеным розмарином или тимьяном. Зашейте курицу и свяжите ноги. Запекайте в разогретой духовке 40-45 минут.

Соус: вино доведите до кипения и кипятите 10-15 минут. Оно должно выпариться наполовину. Добавьте бульон и убавьте огонь. Готовьте 30-40 минут до загустения. Подсолите по вкусу и положите нарезанную зелень розмарина или тимьяна. Можно заменить сушеными приправами.

ЖАРКОЕ ИЗ КУР С ЧЕСНОКОМ

Вам потребуется 2 кг кур, 1-2 головки чеснока, стакан сметаны, 1-2 чайные ложки соли.

Мясо отделите от костей, посолите, натрите чесноком, обмажьте сметаной, сверните рулетом, перевяжите ниткой и положите на лист под гнет. Поставьте в холодное место на 12 часов. Жарьте в духовке минут 30. С остывшего рулета снимите нитки, нарежьте ломтиками, положите в овальное блюдо, украсьте фруктами.

ОКОРОЧКА В ПАНИРОВКЕ

Вам потребуется: 2 куриных окорочка, 2 яйца, 50 г растительного масла, перец, мука, сухари панировочные, чайная ложка красного сладкого молотого перца, соль, зелень.

С окорочков снимите кожу, очистите от костей, посолите, поперчите и дайте настояться 5 минут. Мясо обваляйте в муке и яйцах, взбитых с красным сладким перцем и сухарями. Панировка должна получиться толстой. Масло разогрейте на сковороде и обжарьте окорочковые филе 15-20 минут. Подавайте с зеленью.

ПТИЦА ПО-КУРГАНСКИ

Вам потребуется 300 г курицы, 20 г вина, 30 г муки, яйцо, 20 г топленого масла, 100 г картофеля фри, 10 г сливочного масла, пол-лимона, зелень, соль.

Филе птицы замаринуйте в сухом белом вине на 6-7 часов. Затем опустите в кляр, приготовленный на яйцах, и обжарьте во фритюре. Полейте сливочным маслом, подавайте с картофелем фри, лимоном, зеленью.

ФИЛЕ КУРИЦЫ "ПОД СНЕГОМ"

Вам потребуется 100 г филе курицы, чайная ложка топленого масла, по 50 г грибов, помидоров и сметанного соуса, по 10 г брусники и рябины, белок, зелень, соль.

Белое мясо обжарьте, уложите на жареные грибы, залейте сметанным соусом и покройте белком, взбитым с солью в густую пену. Запекайте 3 минуты. Блюдо украсьте зеленью, брусникой, рябиной, помидорами.

САЛАТ "НАДЕЖДА"

Это наш самый любимый салат.

Укладывайте слоями, промазывая майонезом, обжаренные измельченные грибы, нарезанные соломкой соленые огурцы, измельченное куриное мясо, перемешанное с пропущенным через чесночницу чесноком. Сверху посыпьте тертым сыром и рубленой зеленью.

КУРИЦА ИЛИ РЫБА "ПОД ШУБОЙ"

Отварные курицу или рыбу покрошите, сверху положите для рыбы - жареный лук, крутое яйцо, майонез; для курицы - чернослив, курагу или изюм, зеленый лук, майонез.

КУРИНОЕ ФИЛЕ В СЫРЕ

Вам потребуется 60 г орехов, 150 г сыра, столовая ложка сливочного масла, перец, соль.

Разомните сыр в миске, добавьте масло и толченые орехи, перемешайте, посолите и поперчите. Куриное филе положите на решетку гриля и хорошо поперчите. Готовьте в разогретом гриле, поджаривая с каждой стороны по 10 минут. Готовое жареное филе выньте из гриля, посыпьте смесью сыра с орехами, придавите лопаточкой и готовьте в гриле до тех пор, пока смесь не растает. Сразу подайте на стол.

ПОХЛЕБКА КУРИНАЯ "МИНСК"

На 4 порционных горшочка вам потребуется 300 г отварной курицы, 250-300 г картофеля, 40 г сливочного масла, полморковки, половинка луковицы, пол чайной ложки томата на каждый горшок, 50 г белых грибов, специи по вкусу.

В глиняный горшочек положите отваренную со специями до полуготовности курицу, отварные сушеные или соленые белые грибы, пассерованный лук, морковь, петрушку и специи. Залейте все куриным бульоном с добавлением грибного отвара. Поставьте в духовку на 15-20 минут. После чего выньте и заправьте пассерованным томатом и проварите еще 5 минут. Подавая в горшочке, в котором готовилась похлебка, посыпьте зеленью и заправьте сметаной.

САЛАТ ИЗ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ ПО-ВЕНГЕРСКИ

Вам потребуется 300 г вареного мяса птицы, 200 г красного сладкого перца, 3 яйца, 50 г клубники или малины, 300 г майонеза, соль.

Мясо птицы нарежьте мелкими кусочками, перец очистите от семян, нарежьте мелкой соломкой, яйца разрежьте на 4 части, все смешайте с майонезом, слегка посолите. Пряности не добавляйте. Салат по краям блюда украсьте ягодами клубники или малины.

Светлана СУХАНОВА.
г. Оренбург.

С ЛИМОНОМ И ОРЕХАМИ

ВАРЕНЬЕ ИЗ РЯБИНЫ

Вам потребуется 1 кг черноплодной рябины, 7,5 стакана сахарного песка, 3 стакана воды.

Рябину очистите от веточек, промойте в холодной воде и откиньте на сито. Сварите сахарный сироп, опустите в него подготовленные ягоды и варите до готовности, время от времени снимая пену.

Однако само по себе варенье из черноплодной рябины может оказаться довольно терпким. Поэтому, как правило, в самом конце варки добавляют отвар вишневых листьев (примерно 0,5 л), крупно рубленные ядра грецких орехов или орехи (2 стакана) или мелко порезанный лимон.

РЯБИНОВКА

Спелую рябину запеките в духовке до мягкости. Затем добавьте к ней примерно половину объема сырой рябины (можно меньше, тогда наливка будет менее терпкой). Залейте ягоды водкой. Через два месяца жидкость слейте и профильтруйте. Сахар обычно добавлять не требуется. Также не следует потом доливать водку.

МАРМЕЛАД ИЗ РЯБИНЫ

Вам потребуется 2 стакана рябинового пюре, 2,5 стакана сахарного песка. При желании можно добавить чуть-чуть лимонной кислоты.

Спелые ягоды снимите с кистей, промойте в теплой воде и откиньте на сито. После этого уложите рядами в кастрюлю, закройте плотной крышкой и тушите в печи или духовке при температуре 180-200 градусов до мягкости. Затем переложите ягоды в таз или кастрюлю с широким дном, залейте горячей водой так, чтобы они были только прикрыты, и варите до полного размягчения.

После этого массу протрите через сито, добавьте сахар, хорошо перемешайте и уваривайте, непременно помешивая, чтобы пюре не пригорало. Готовое пюре должно быть очень густым и при помешивании легко отставать от дна таза. Разлейте его слоем примерно 1 см на блюдо, плоские тарелки или выстланный калькой противень и поставьте на 2-3 дня в очень теплое место либо, если есть такая возможность, на ночь в печь, нагретую до температуры 40-50 градусов.

Готовый мармелад разрежьте на полоски, каждую посыпьте сахарной пудрой или мелким сахарным песком. Хранить такой мармелад лучше в стеклянных банках, пересыпав сахарным песком, закрыв целлофаном или плотной бумагой, в холодильнике или погребе.

Тамара КОСТЕНКО.
Воронеж.

НАША ЭКСПЕРТИЗА

КРАСИВАЯ - НЕ ЗНАЧИТ КАЧЕСТВЕННАЯ

Стоит поинтересоваться кастрюлями: иначе у вас на руках окажется красивая, но совершенно никчемная кухонная утварь. Кастрюля, безусловно, должна быть красивой - тогда вы обратите внимание именно на нее. А после этого обязательно оцените: хорошо ли она выполнена, из какого материала, тот ли это размер, который вам нужен.

Если судить по ценам, покупка кухонной посуды может показаться приобретением на всю жизнь. Однако одного взгляда на ценник недостаточно, предупреждают в Центре независимой потребительской экспертизы Союза потребителей РФ. Хорошая кастрюля экономит время и энергию и должна обладать следующими качествами: дно с хорошей теплопроводностью, переход от дна к стенкам закруглен, плотно прилегающая крышка. Помните: при неплотно прилегающей крышке потребление энергии при варке повышается примерно на четверть! Большое пре-

[illegible] не обязательно выкладывать [illegible] сумму. Имейте в виду, [illegible] порой бывают [illegible] Особенно это отно[illegible]

алюминия, которое может перейти в кислотосодержащие продукты, не превышает 17 мг на 100 г продукта. Всемирная организация здравоохранения установила максимальную бе-

ЭКОНОМНОЕ ПРИГОТОВЛЕНИЕ

На кухне многие женщины и даже некоторые мужчины проводят значительную часть своей жизни. Возможности для экономии электроэнергии здесь огромные. Надо только уметь ими воспользоваться.

Газовые плиты, еще стоящие во многих московских квартирах, с точки зрения экологии являются опасными объектами. При горении газа выделяется много довольно вредных веществ. Поэтому в большинстве европейских стран уже давно используются электрические плиты. Все чаще и чаще они стали появляться и в московских квартирах. Уже существует городская программа постепенной замены газовых плит во всех жилых домах столицы. Но при использовании электроплит хозяйкам придется расстаться с опытом, который они получили, готовя пищу на газовой плите.

Основные советы обращения с электроплитой сводятся к следующему.

Включаете плиту до того, как поставите на нее кастрюлю, а выключаете до того, как блюдо готово.

Полная мощность конфорки используется для доведения воды до кипения, а само приготовление еды всегда ведется при меньших мощностях.

На электроплитах необходимо использовать посуду с утолщенным дном диаметром несколько большим, чем диаметр конфорки.

Необходимо соблюдать определенное соотношение между объемом жидкости и размером конфорки: 2-3 л кипятятся на конфорке диаметром 145 мм, 3-5 л - на конфор-

Одну конфорку или духовку последовательно использовать для приготовления сразу же нескольких блюд. Посуда при этом обязательно закрывается своей крышкой.

При варке овощей используется минимальное количество воды.

Замороженные [illegible] предварительно

красивой - тогда вы обратите внимание именно на нее. А после этого обязательно выясните: хорошо ли она выполнена, из какого материала, тот ли это размер, который вам нужен.

имущество имеют стеклянные крышки - для визуального контроля за процессом приготовления их не надо снимать.

Весьма практичны кастрюли (как, впрочем, и сковороды), оснащенные ненагревающимися ручками. При готовке на конфорке они позволяют спокойно переставлять посуду с плиты, например, в духовку. Если вы готовите на электроплите, обратите внимание на то, чтобы размеры дна и конфорки совпадали. Если дно меньше конфорки, повышается потребление энергии. Если больше, то увеличивается время приготовления. Указанные на посуде диаметры часто относятся к ее внутренним размерам. Чтобы не просчитаться, измерьте понравившуюся кастрюлю, прежде чем купить ее. Обратите внимание и на поверхность дна: она должна быть абсолютно ровной. Иначе контакт с конфоркой будет неполным, что приведет к неэффективному использованию электроэнергии.

Об идеальном материале для посуды говорить не приходится - он в большой степени определяется привычным для вас методом готовки и любимыми блюдами. Эксперты предупреждают: за хорошее качество вовсе не обязательно выкладывать крупную сумму. Имейте в виду, что дешевая посуда порой бывает не хуже! Особенно это относится к посуде из нержавеющей стали: тут нередко приходится платить за звучные названия фирм. И не поймайтесь на кастрюле с "необычным дном", имеющем особую прослойку (дно-сандвич). Ничего необычного тут нет, просто таким способом производители компенсируют низкие теплопроводные свойства нержавейки. Дно-сандвич имеет дополнительный внутренний слой из материала большей теплопроводности. Например, меди или алюминия. В стальной посуде возможно пригорание продуктов, она плохо подходит для жарки.

Знайте: опасение, что алюминий попадет в пищу и нанесет вред здоровью, - полное недоразумение. Алюминиевая посуда совершенно безопасна. Некоторое проникновение металла в пищу происходит прежде всего при варке продуктов с повышенным содержанием кислот (помидоров, фруктов, капусты и т.п.), когда кислота воздействует на алюминий. Так, если вы сварили помидоры в алюминиевой кастрюле и оставили на ночь, в них может перейти 6,5 мг алюминия. Наибольшее количество алюминия, которое может перейти в кислотосодержащие продукты, не превышает 17 мг на 100 г продукта. Всемирная организация здравоохранения установила максимальную безопасную долю алюминия - 60 мг для взрослого человека весом 60 кг.

Если вы хотите полностью избежать риска, берите алюминиевую посуду с антипригарным покрытием - она не окисляется. К тому же вероятность пригорания весьма незначительна, что прекрасно подходит для сковород. Привлекают малый вес и довольно низкая цена. Но не забывайте, что антипригарное покрытие чувствительно к царапинам. Иначе эффект исчезает.

Медная посуда при всех своих теплопроводных достоинствах обладает существенными недостатками: не очень стойкая к окислению, тяжела и очень дорога.

В отличие от всех прочих материалов для жарки и тушения не придумали ничего лучше чугунной посуды Она имеет хорошую теплопроводность, не окисляется, сохраняет тепло. Тяжеловата, конечно, но вряд ли это относится к ее недостаткам: имеется в виду особое назначение этой посуды.

Вам нравится эмалированная посуда, которая красивым декором способна "оживить" любую кухню? Прекрасно, только учтите, что эмаль наносится на сталь и чугун, ничуть не меняя качество посуды из этих металлов. Но обращайтесь с ней очень осторожно - иначе слой эмали может отколоться.

Обладателям микроволновых печек металлическая утварь не нужна: ведь посуда не должна препятствовать распространению микроволн.

Алексей МЯСНИКОВ.

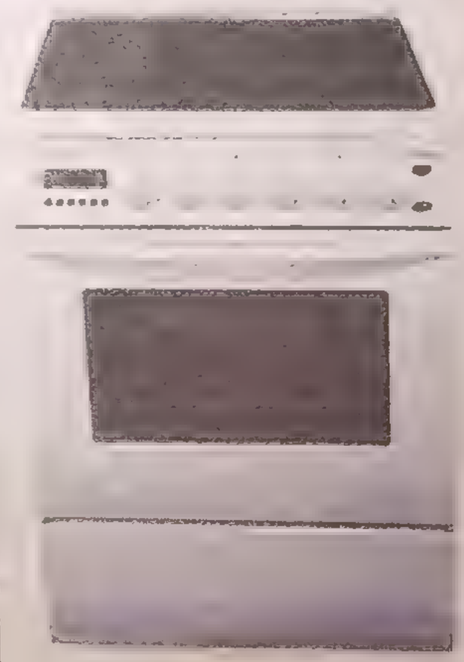
На электроплитах необходимо использовать посуду с утолщенным дном диаметром несколько большим, чем диаметр конфорки.

Необходимо соблюдать определенное соотношение между объемом жидкости и размером конфорки: 2-3 л кипятятся на конфорке диаметром 145 мм, 3-5 л - на конфорке диаметром 180 мм, более 6 л - на конфорке диаметром 220 мм.

Особенно удобно с точки зрения экономии использовать при приготовлении пищи так называемые скороварки. Из-за повышенного давления, которое в них создается, температура кипения воды здесь значительно выше, пища приготовляется намного быстрее и соответственно электроэнергии тратится меньше.

Духовки в современных электроплитах обладают не только регулятором температуры, но и временным реле. Они позволяют оптимизировать процесс готовки пищи и не только получить вкусный, до конца пропеченный пирог или в меру тушенное рагу, но и израсходовать при этом минимальное количество электроэнергии.

Для уменьшения потери тепла и соответственно электроэнергии необходимо соблюдать еще несколько советов.



Одну конфорку или духовку последовательно использовать для приготовления сразу же нескольких блюд. Посуда при этом обязательно закрывается своей крышкой.

При варке овощей используется минимальное количество воды.

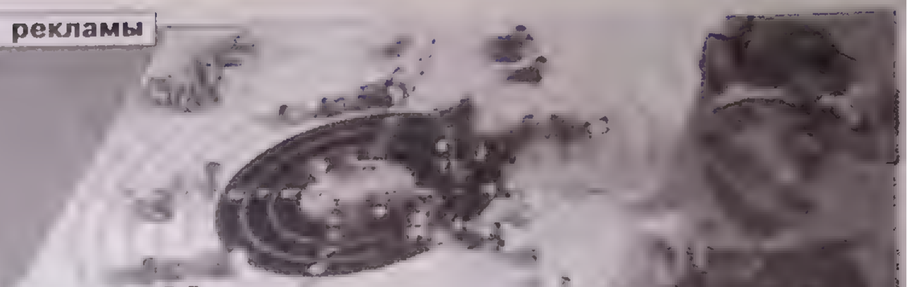
Замороженные продукты предварительно размораживаются до комнатной температуры.

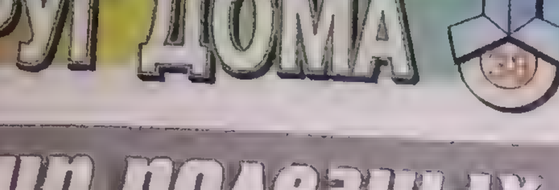
Если в квартире есть электрочайник, то надо помнить, что его эффективность быстро уменьшается по мере увеличения слоя накипи на кипятильнике. Для ее удаления применяется препарат "Антинакипин". Если его нет, то можно воспользоваться уксусной эссенцией. Одна часть эссенции смешивается с пятью частями воды и нагревается до температуры 60-70 градусов. Затем раствор наливается в чайник и выдерживается в нем 20-30 минут.

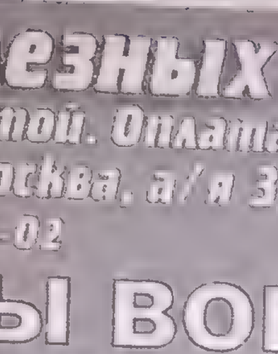
Некоторые расчетливые москвичи уже научились экономить электричество, совмещая электроплиту с современными мощными электрокипятильниками. В них вода закипает значительно быстрее, чем на плите, и при этом электроэнергии расходуется заметно меньше. Поэтому при приготовлении супа, каши или пельменей они сначала доводят воду до кипения в кипятильнике, затем переливают ее в кастрюлю и ставят на электроплиту и уже на ней продолжают готовить пищу.

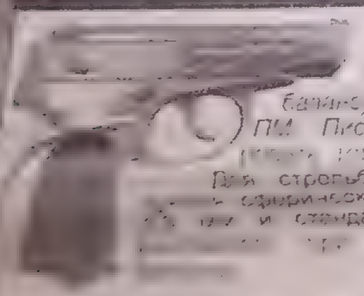
При приготовлении некоторых блюд и особенно при разогревании уже приготовленной пищи удобно и даже экономически выгодно использовать СВЧ-печи. Но при этом надо иметь в виду, что эти бытовые приборы с точки зрения величины интенсивности электромагнитных излучений относятся к достатчно опасным, поэтому, применяя их, надо точно придерживаться правил эксплуатации, содержащихся в прилагаемой к СВЧ печи инструкции.

Михаил БУРЛЕШИН









На правах рекламы

Мир полезных товаров

Доставка-почтой. Оплата при получении

: 101000, Москва, а/я 344 www.344.ru

: (095) 480-85-02

ТОВАРЫ ВОЕННО-СПОРТИВНОЙ ТЕМАТИКИ

АВТОМАТ КАЛАШНИКОВА
ПНЕВМАТИЧЕСКИЙ

По внешнему виду, весу и балансу пневматическая винтовка Юнкер идентична легендарному АК. Регистрировать ее не надо (ст. 13 Закона об оружии). С ее помощью можно не только научиться стрелять, быстро разбирать и собирать автомат, но и освоить приемы рукопашного боя с применением автомата. Для стрельбы используются стандартные сферические пули калибра 4.5 мм и стандартные баллоны CO2 (около 90 выстрелов при использовании одного баллона). Откидывающийся приклад. Емкость рожка - 25 пуль.

● **Цена винтовки 7400 руб.** Лот № 27296.

● **Баллоны CO_2: Цена 98 руб.** (за 2 шт.) Лот № 19855.

● **Сферические пули: Цена 80 руб.** (За 500 шт.) Лот № 19856.

● **Мишень: Цена 125 р.** (за 50 шт.) Лот № 27137

● **А.Б. Жук. Энциклопедия стрелкового оружия.** В книге представлено ручное стрелковое оружие всего мира (кроме пулеметов), выпущенное со времени появления унитарных патронов до наших дней. Более половины издания занимают иллюстрации, выполненные автором, художником по профессии и любителем оружия по духу, А. Б. Жуком. Книга будет полезна специалистам-оружейникам, криминалистам, работникам музеев, киностудии, театров. 20x27 см. 793 стр. **Цена 770 руб.** Лот № 27289.

ПНЕВМАТИЧЕСКИЙ "МАКАРОВ"

● **Пневматический пистолет МР-654К** по внешнему виду, весу и балансу идентичен легендарному ПМ. Пистолет не надо регистрировать (ст. 13 Закона об оружии). Для стрельбы из пистолета используются сферические пули (металл) калибра [illegible] и стандартные баллоны CO_2 (90 [illegible] при использовании одного [illegible]

● Цена пистолета 3950 руб. Лот № 26220

ВЫЖИВАНИЕ
В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Книга учит выживанию в условиях дикой природы, находить воду, сохранять пищу, сооружать укрытия, оказывать первую помощь, изготавливать ловушки, капканы, простейший инструмент. 352 стр., Более 200 рисунков. Лот № 26614, **цена 195 руб.**

ЧАСЫ "АМФИБИЯ"

В корпусе из нержавеющей стали. Максимальная глубина погружения до 200 м. Средний срок службы часов - 10 лет. Лот № 26906, **цена 990 руб.**

МАСКИРОВОЧНЫЙ КОСТЮМ

Костюм обеспечивает идеальную маскировку на местности: куртка и брюки изготовлены из водонепроницаемой ткани камуфляжной расцветки. Невероятно легок и компактен в сложенном состоянии.

Таблица размеров:

● **Размер XL.** Лот № 27198, **цена 760 руб.**

● **Размер XXL,** Лот № 27199, **цена 850 руб.**

ЖИЛЕТ СПЕЦНАЗОВЦА
С ОТСТЕГИВАЮЩИМСЯ СИДЕНЬЕМ

Жилет. Имеет маскировочную камуфляжную расцветку. Оснащен карманами с **патронташами на 30 патронов 12, 16, 20 калибра.** Легко регулируемые боковые стяжки позволяют носить [illegible] одежды, а также регулировать [illegible]

ЛОДКИ НАДУВНЫЕ

Три (!) воздушных отсека, веревка для захвата по периметру, ручка захвата на носу, держатели весел, надувной пол, сумка для снасти, крепеж для весел, крепеж для удочек. В комплекте - разборные весла, насос.

● **Лодка 2-местная.** Вес 6 кг. Габариты 203x120 см. Грузоподъемность 120 кг. Лот № 27153. **Цена 2450 руб.**

● **Лодка 3-местная.** Вес 9 кг. Габариты 248x127 см. Грузоподъемность 160 кг. Лот № 25996. **Цена 3950 руб.**

ПАЛАТКА 2-МЕСТНАЯ
САМОРАСКЛАДЫВАЮЩАЯСЯ

Сшита из нейлона цвета хаки. Двери закрывающиеся, с двусторонней молнией. Двери и окошко имеют противомоскитную сетку. Собранная палатка пакуется в сумку с лямками типа рюкзака. Размеры 180x180x140 см. Вес 4 кг. Лот № 27143. **Цена 1190 руб.**

АРМЕЙСКАЯ
ЧУДО-ПЕЧКА

Была разработана [illegible]

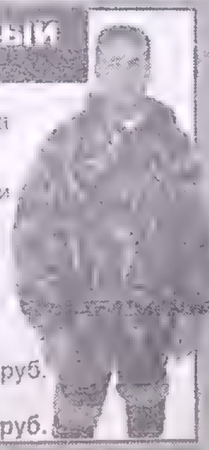
НЕ ЗАСНИ ЗА РУЛЕМ!
ЭЛЕКТРОННОЕ УСТРОЙСТВО

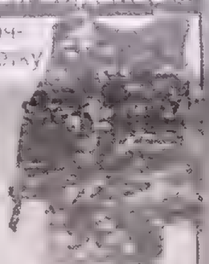
Устройство "Не засни за рулем". Разработка японских военных. Предотвращает сон водителя за рулем. Крепится на ухо. Как только водитель начинает «клевать носом» устройство реагирует звуковым сигналом. Лот № 27267. **Цена 990 руб.**

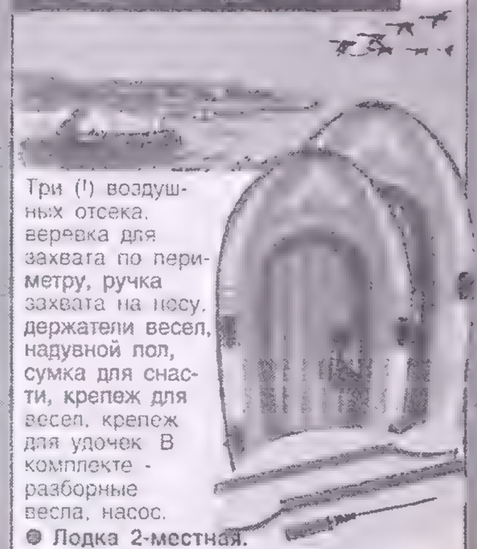
ОЧКИ ВОДИТЕЛЬСКИЕ

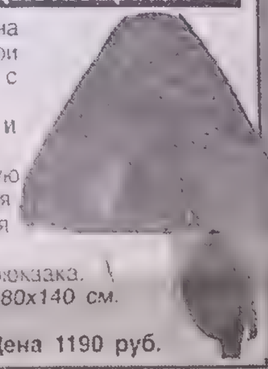
Без очков. В очках

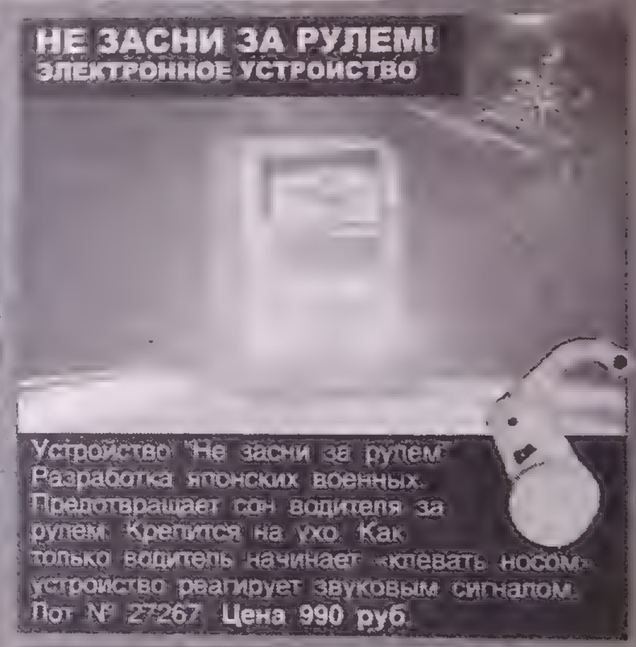
Разработаны специалистами Вооруженных Сил США для вождения в сложных условиях. Спектр пропускания линз очков подобран таким образом, что повышается четкость и улучшается контрастность изображения. Очки улучшают цветоразличение, уменьшают ослепление от света встречных фар, способствуют снятию сонливости и утомляемости, улучшают восприятие [illegible] среды. Материал - высококлассный [illegible] пластик CR-39. Очки легче [illegible] ситуациях - бесплатное [illegible] **Цена 730 руб.**

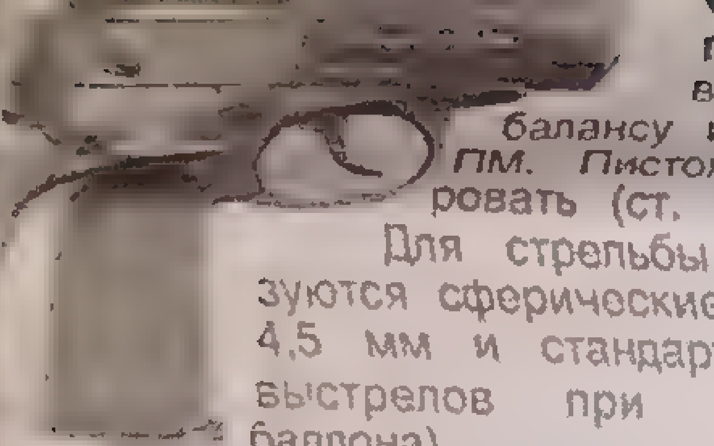










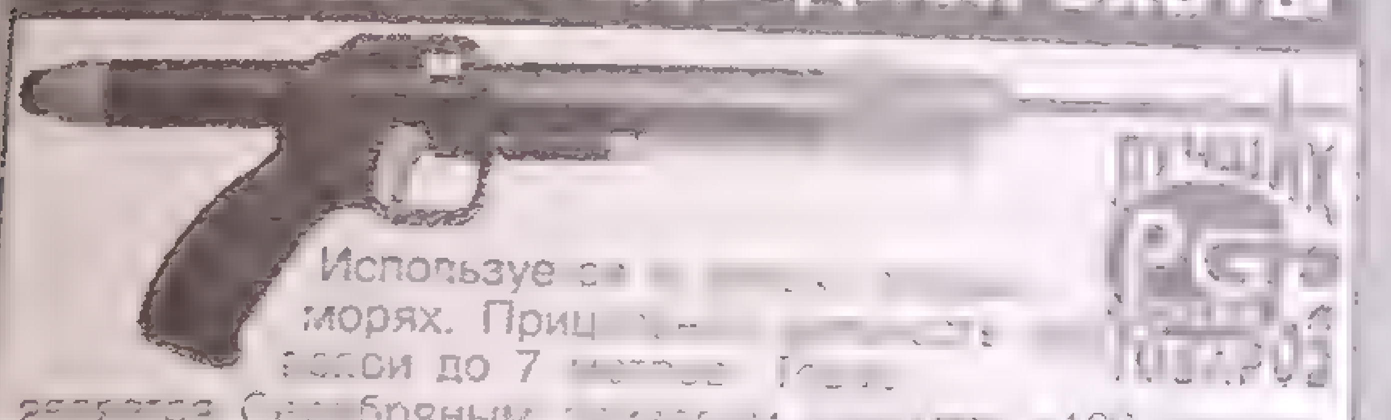


● Пневматический пистолет МР-654К по внешнему виду, весу и балансу идентичен легендарному ПМ. Пистолет не надо регистрировать (ст. 13 Закона об оружии). Для стрельбы из пистолета используются сферические пули (металл) калибра 4,5 мм и стандартные баллоны CO_2 (90 выстрелов при использовании одного баллона).

● **Цена пистолета 3950 руб.** Лот № 26320.
● **Баллоны CO_2: Цена 98 руб.** (за 2 шт.) Лот № 19855.
● **Сферические пули: Цена 80 руб.** (За 500 шт.) Лот № 19856.
● **Кобура** плечевая оперативная: **Цена 395 руб.** Лот №26001.
● **Мишень (50 шт.): Цена 125 р.** Лот № 27137.

● **Приемы стрельбы из пистолета.** Практическое пособие по обучению стрельбе из пистолета в различных условиях. Пособие составлено на базе боевых инструкций советской военной контрразведки СМЕРШ и современной практики спецподразделений. 13x20,5 см 96 стр. **Цена 195 руб.** Лот № [illegible]

РУЖЬЕ ДЛЯ ПОДВОДНОЙ ОХОТЫ



Используе[illegible] морях. Приц[illegible] до 7 [illegible] является Серебряным [illegible] «100 [illegible] товаров России». Лот № 27144 Цена 1500 руб.

ОТПУГИВАТЕЛЬ СОБАК
УЛЬТРАЗВУКОВОЙ

Надежно защитит от нападения агрессивных собак. [illegible] агрессивную собаку, [illegible] или обращая ее в [illegible], не причиняя жи[illegible] вреда. Может [illegible] кинологами при [illegible]. Питание от батарейки [illegible] (9В). **Цена 1200 руб.** Лот № [illegible]

ОТПУГИВАТЕЛЬ КОМАРОВ
УЛЬТРАЗВУКОВОЙ БРЕЛОК

[illegible]

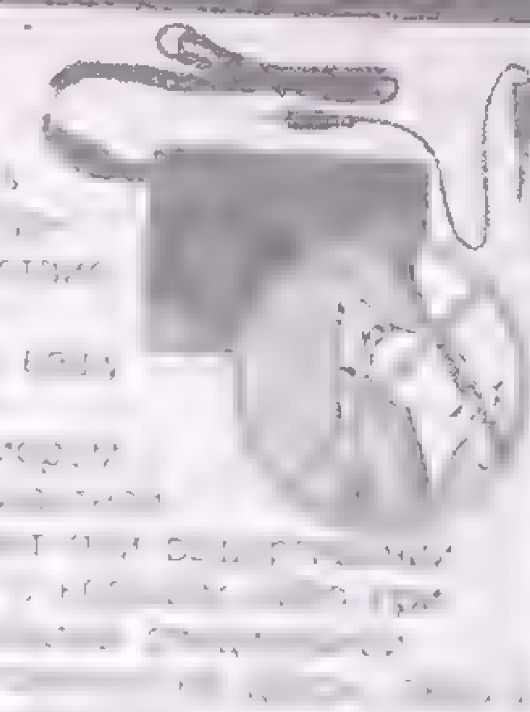
ПИЛА ЦЕПНАЯ
КАРМАННАЯ

[illegible] зубчатая цепь и [illegible] ручки позволяют в одиночку [illegible] дерево диаметром до 40 см! [illegible] специальной закалки. [illegible] Режущая поверхность - 71 см. Умещается в ком[illegible] футляре (48x55x120мм) [illegible] 375 руб. Лот № 26600

ЖИЛЕТ СПЕЦНАЗОВЦА
С ОТСТЕГИВАЮЩИМСЯ СИДЕНЬЕМ

Жилет. Имеет маскировочную камуфляжную расцветку. Оснащен карманами с патронташами на 30 патронов 12, 16, 20 калибра. Легко регулируемые боковые стяжки позволяют носить жилет поверх зимней одежды, а также регулировать размер под себя. Для дополнительного удобства жилет комплектуется отстегивающимся сиденьем. Жилет безразмерный - подходит людям, носящим любой размер одежды, вплоть до 52. **Цена 990 руб.** Лот № 26725.

ЗВУКОВАЯ "РАСТЯЖКА"



[illegible] Цена 450 руб.

БЕСПЛАТНАЯ СВЯЗЬ

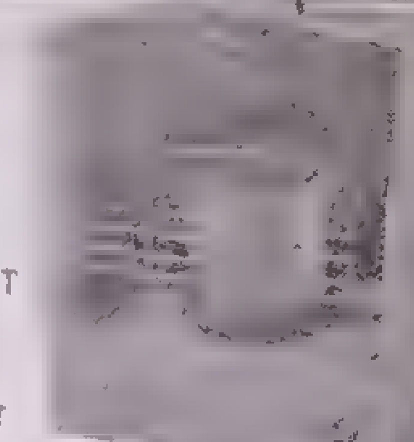
● Рации. Цена 2000 руб. (за 1 шт.) [illegible]

● **Зарядное устройство с сетевым адаптером. Цена** 350 руб. Лот № [illegible]
● **Комплект аккумуляторов** ААА (4 шт.). **Цена 495 руб.** Лот № 26325.
● **Наушник с микрофоном (hands free) Цена 380 руб.** Лот № 26327
● **Шнурок. Цена 90 руб.** Лот № 26326

[illegible] на рыбалке, охоте, отдыхе, [illegible] структурах. Функции: Vox [illegible] активация), PTT (нажми и [illegible] алов, индикатор [illegible]и, блокировка клавиатуры, [illegible] регулировка уровня [illegible] режим работы с двумя [illegible] одновременно, функция сохранения энергии. Технические характеристики: диапазон частот 433.075 - 433.800; количество каналов 8; выходная мощность 0,5 Вт; антенна встроенная; разъемы для гарнитуры hands free. Радиус действия до 5 км. Размеры с антенной [illegible],5x61x43,65 мм. Вес с батареями 136 г. Питание 4 батареи типа ААА (пальчиковые). Время работы без подзарядки 30 часов

сетку. Собранная палатка пакуется в сумку с лямками типа рюкзака. Размеры: 180x180x140 см. Вес 4 кг. Лот № 27143. **Цена 1190 руб.**

АРМЕЙСКАЯ
ЧУДО-ПЕЧКА



Была разработана специально для Бундесвера. Незаменима в походно-полевых условиях: приготовит пищу, обогреет. Во время работы печь практически не дает запаха, быстро согревает помещение, потребляет очень мало горючего и, главное, - безопасна в эксплуатации. Не требует трубы дымохода и вытяжки.
Основные параметры и характеристики Работа без дозаправки - 15 ч. Габариты 37x42x32 см. Топливо: керосин, дизельное. Расход - около 2 л в сутки. Масса - 5,5 кг. Мощность - 1,8 кВт Лот № 26003. **Цена 1790 руб.**

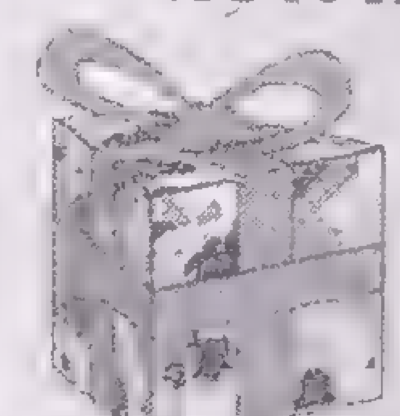
Без очков В очках

Разработаны специалистами Вооруженных Сил США для вождения в [illegible] условиях. [illegible] пропускания линз очков подобран таким образом, что повышается четкость и улучшается контрастность изображения. Очки улучшают цветоразличение, уменьшают ослепление от света встречных фар, способствуют снятию сонливости и утомляемости, улучшают восприятие [illegible] среды. Материал - высококлассный оптический пластик CR-39. Очки легче [illegible] и в аварийных ситуациях - безопаснее стеклянных. Лот № 26[illegible] **Цена 730 руб.**

ВЕЧНЫЙ ФОНАРИК

Не требует батареек. Чтобы подзарядить фонарик, достаточно его потрясти 1 минуту! В основе лежит закон Фарадея: магнитная катушка со свободно перемещающимся металлическим сердечником помещена в противоударный и водонепроницаемый корпус. Свойства фонарика: супер-яркая лампочка, свет от лампочки виден на расстоянии около 2 км, способность производить электрический ток никогда не заканчивается, пожизненное использование, не требует специального обслуживания.
Лот № 26739 **Цена 950 руб.**

ВНИМАНИЕ!
ОТПРАВЬТЕ СВОЙ ЗАКАЗ ДО 30 ОКТЯБРЯ И ПОЛУЧИТЕ
СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО
ПОТРЯСАЮЩИЙ
ПОДАРОК-СЮРПРИЗ,



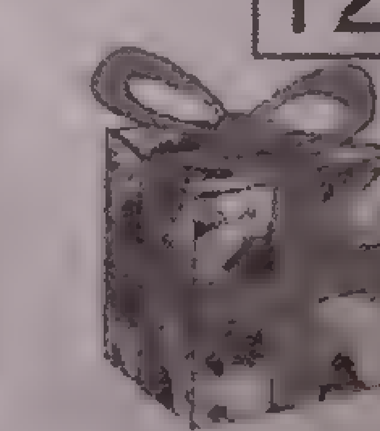
КОТОРЫЙ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПРИГОДИТСЯ В ПОХОДЕ ИЛИ ЭКСПЕДИЦИИ, А БЫТЬ МОЖЕТ СПАСЕТ ЧЬЮ-ТО ЖИЗНЬ!

РАССЫЛКА НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ

Впишите в бланк заказа свой адрес печатными буквами, почтовый индекс, номера лотов товаров, которые хотите заказать и отправьте его по адресу:
101000, Москва, а/я 344, ДРУГ ДОМА.

БЛАНК ЗАКАЗА (ДРУГ ДОМА) Срок исполнения заказа: 2 недели + время доставки почтой. Оплата при получении на почте по указанным ценам, + от 2 до 8% составит почтовый сбор.

127



Впишите свой адрес печатными буквами
Индекс ______ Область (край, респ.) ______
Район, город ______
Улица ______ Дом ____ Корп.____ Кв.____
ФИО ______
Телефон (если есть), код ______ Номер телефона ______

Давай начистоту

ДЖУЛЬЕТТА ИЗ 8 "А"

В этом году к нам в школу пришел новый учитель физики. Мне кажется, я в него влюбилась. Теперь я не знаю, как мне себя вести.

Ася.
Кемерово.

В том, что ты влюбилась, нет ничего удивительного: рано или поздно это со всеми происходит. И наверное, все твои подружки тоже влюблены, кто-то в Брюса Уиллиса, кто-то в Леонардо Ди Каприо. Другими словами, вы все влюблены в придуманных вами же прекрасных принцев. В принципе для подростков влюбленность в вымышленные персонажи довольно характерна. Ведь в мечтах этот роман всегда будет таким, каким бы тебе хотелось. Другими словами, ты сочиняешь сказочную "лав стори" с собой в качестве главного действующего лица. Поэтому можно сказать, что в первую очередь ты любишь свои чувства, а отнюдь не конкретного человека.

Но если голливудских звезд твои подружки, скорее всего, так никогда и не увидят, то тебе волей-неволей приходится общаться с предметом твоей мечты.

Ты, конечно, можешь возразить, что в отличие от абстрактных киногероев тебе нравится вполне конкретная личность. Но это не так. Ты же совсем ничего не знаешь о своем учителе, не догадываешься о его характере, привычках; вкусах. Ты видишь его только на уроках. А это по большому счету то же самое, что смотреть на актера в кино. Так что не надо путать придуманный идеал и живого человека.

Исходя из этого постарайся не создавать проблем ни себе, ни ему. Откажись от идеи вместо контрольной работы написать письмо о своих чувствах. Это абсолютно бессмысленный шаг, уместный только в дешевых мелодрамах. Не следует прогуливать уроки физики, мотивируя это тем, что тебе лучше его совсем не видеть. С другой стороны, посещать всевозможные факультативы и дополнительные занятия по физике имеет смысл только в том случае, если тебе интересен сам предмет. Попытки же 100-процентного гуманитария изобразить из себя Марию Кюри будут выглядеть, по меньшей мере, смешными и нелепыми.

Отсюда возникает вопрос, как выйти из сложившейся ситуации. Ответ, к сожалению, очень банален - просто переждать. И месяца через два-три, максимум полгода эта придуманная любовь пройдет сама собой. А за это время постарайся избежать одной очень распространенной ошибки. Очень часто девочки, оказавшиеся в подобной ситуации, действуют по принципу "клин клином вышибают". То есть, разуверившись в возвышенной, платонической любви к мифическому идеалу, в данном случае учителю, бросаются в объятия первого попавшегося парня. Делать этого не стоит, потому что, кроме разочарования, ты ничего не получишь. Ведь реальные взаимоотношения между людьми складываются не совсем так, как рисует нам наше воображение. К тому же вряд ли первый встречный будет обладать теми же достоинствами, что и твой идеал. В итоге вместо романтических чувств ты рискуешь получить нежелательную беременность.

Поэтому лучше всего направить свои чувства в творческое русло. Ведь в детстве ты же наверняка любила рисовать. Вот и нарисуй своего принца или букет цветов, который он тебе преподносит, или парусник, на котором он приплывет за тобой. В данной ситуации качество рисунков совершенно неважно. Их можно даже никому не показывать. А для тебя это будет прекрасным "лечением". Займись составлением букетов из сухоцветов, макраме, бисероплетением, вышивкой. Попробуй, вдруг у тебя получится писать стихи или рассказы. В общем, неважно, чем ты займешься, главное, чтобы тебе это нравилось.

Надежда НОСОВА,
психолог.

ПРО МУЗЫКАНТОВ И ПОЭТОВ

ТВОРЕЦ СТИХОВ
О людях, природе
Уже много лет
Стихи и поэмы
Слагает ... .
(поэт)

ВЕСЕЛЫЙ ШУТНИК
На шутках смех его основан.
На то он - шут, иначе - ... .
(клоун)

МУЗЫКАНТША
Перебирает струны Марфа.
В звучанье бесподобна ... .
(ефдв)

Их лицезреть
Приходим мы в ... .
(музей)

ТАЛАНТОМ ОБЛАДАТЬ ОБЯЗАН
Иметь должен слух и талант,
Чтоб гаммы творить ... .
(музыкант)

МУЗЫКАЛЬНЫЕ УРОКИ
Обучает мама сына
Музыке на ... .
(пианино)

ЩЕДРОСТЬ ТАЛАНТА

свой чув-
а отнюдь не конкретно-
человека.

Но если голливудских звезд твои подружки, скорее всего, так никогда и не увидят, то тебе волей-неволей приходится общаться с предметом твоей мечты.

Ты, конечно, можешь возразить, что в отличие от абколенными.

Отсюда возникает вопрос, как выйти из сложившейся ситуации. Ответ, к сожалению, очень банален - просто переждать. И месяца через два-три, максимум полгода эта придуманная любовь пройдет сама собой. А за это время постарайся избежать одной очень распространенной ошибки. Очень часто девочможно даже никому не показывать. А для тебя это будет прекрасным "лечением". Займись составлением букетов из сухоцветов, макраме, бисероплетением, вышивкой. Попробуй, вдруг у тебя получится писать стихи или рассказы. В общем, неважно, чем ты займешься, главное, чтобы тебе это нравилось.

Надежда НОСОВА, психолог.

Своими руками

КУБИКИ-СЧИТАЛКИ

Моя младшая сестренка никак не могла освоить счет до 10. И мы с мамой сделали ей мягкие кубики с цифрами. Теперь Аня играет, а заодно и учится складывать цифры. Сделать такие кубики очень легко. И я думаю, многие девочки смогут сшить такие кубики для своих младших братишек и сестренок.

Выкройка кубика очень проста: это квадрат размером 10 х 10 см с припуском на швы по 7 мм с каждой стороны. На каждый кубик требуется шесть квадратов. Сначала необходимо пришить на каждую сторону цифру из материала контрастного цвета, затем четыре квадрата пришиваются к пятому крестообразно. Далее сострачиваются стороны соседних квадратов так, чтобы получился кубик без верхней крышки. Затем можно пристрочить "крышку" кубика с трех сторон.

Теперь набейте кубик ватой и пришейте четвертую сторону.

Лера КОЗЛОВА. Москва.

"КОНТРОЛЬНЫЕ" ГАДАНИЯ

Хотите узнать, какую оценку получите, отвечая у доски или на сложной контрольной? Нет ничего легче.

В вечер перед этим важным событием пройдитесь по улице, остановитесь у первого попавшегося окошка, которое вам понравится, и послушайте, что и кто говорит.

Если до вас донеслись веселый смех и разговоры, шутки - завтра вас ждет удача, причем без особых усилий с вашей стороны.

Если в доме ругаются - ждите неприятностей. Или "пару" схлопочете, или на дополнительном вопросе засыпетесь, или вообще поймают вас со шпаргалкой или в процессе списывания у соседа.

Если за окошком разговаривают пожилые люди - спрашивать вас будут по всей строгости.

Если мужчина - девочки могут добиться повышения балла за счет кокетства или милых улыбок. Мальчикам, увы, никаких скидок не будет.

Если женщина - юные леди, наденьте самые длинные юбки, примите самый скромный вид. А главное (парней тоже касается!) - выучите все назубок, если успеете, конечно!

Пьяные голоса - свидетельство того, что завтра все пройдет без осложнений: получите то, что заслужили. Подумать придется, как говорится, "в рамках разумного".

Трезвые и суровые, ведущие деловые или философские беседы, - лучше прочитать весь материал еще разочек. Возможны неожиданные затруднения.

Но лучше все-таки рассчитывать на свои знания.

Надежда ДОРОНИНА, магистр бытовой магии.

ТВОРЕЦ СТИХОВ
О людях, природе
Уже много лет
Стихи и поэмы
Слагает ... .
(поэт)

ВЕСЕЛЫЙ ШУТНИК
На шутках смех его основан.
На то он - шут, иначе - ... .
(юмор)

МУЗЫКАНТША
Перебирает струны Марфа.
В звучанье бесподобна ... .
(арфа)

СО ВСЕЙ РОССИИ
Тут собраны сокровища
С России всей.
Их лицезреть
Приходим мы в ... .
(музей)

ТАЛАНТОМ ОБЛАДАТЬ ОБЯЗАН
Иметь должен слух и талант,
Чтоб гаммы творить ... .
(инструмент)

МУЗЫКАЛЬНЫЕ УРОКИ
Обучает мама сына
Музыке на ... .
(пианино)

ЩЕДРОСТЬ ТАЛАНТА
Балерина в танце не скупа
И на пируэты, и на ... .
(ей)

Владимир КРЕМНЁВ.

Своими руками

РИСУЙТЕ КЛЕЕМ ПВА

Меня зовут Оксана. Мне 12 лет. Вот уже 4 года я занимаюсь в художественной студии. Но там нас учат не только рисовать, но и делать очень много разных интересных поделок. Об одной из таких работ мне бы хотелось рассказать. По сути, это тоже картина, но нарисованная не красками, а клеем ПВА.

На плотном светлом, а еще лучше белом картоне нарисуйте несложную картинку - цветочек, птичку, кошечку, домик. Теперь возьмите флакончик с клеем ПВА, обрежьте кончик насадки так, чтобы клей выдавливался достаточно толстой ровной линией. Приставьте флакон с клеем к началу рисунка и, осторожно выдавливая клей, "обведите" всю картинку. Делать это нужно очень аккуратно, чтобы клеевая линия была ровной и не было клякс. Когда рисунок будет полностью обведен, можно для красоты добавить какие-нибудь завитушки или точки. Оставьте картину сохнуть до следующего дня. А потом с помощью широкой кисти покройте весь рисунок золотой или серебряной краской, лучше акриловой.

Если вы хотите, чтобы ваша картинка смотрелась, как старинная, то, когда краска высохнет, протрите рисунок мягкой тряпочкой, на которую нанесено немного черного крема для обуви.

Таким образом можно сделать просто картины - они будут напоминать чеканку - или рамки для рисунков и фотографий. Попробуйте, это не очень сложно, но очень интересно.

Оксана ОКУНЕВА. Москва.

ЗОЛОТОЙ КОРЕНЬ НА УЧАСТКЕ

Когда я стал в Нечерноземье выращивать родиолу розовую (Rhodiola rosea), или золотой корень, многие предсказывали неудачу. Практика же показала, что лечебный корень прекрасно растет в рыхлой почве, успевает дать хорошие семена для размножения.

Когда я спрашиваю у знакомых, почему они не выращивают золотой корень, отвечают: не знаем, где получить посадочный материал, агротенику.

Чтобы ускорить размножение лечебного корня, я делаю так: выкапываю многолетний золотой корень, размножаю делением так, чтобы в каждой деленке была розовая почка. Особое внимание уделяю уничтожению сорняков, рыхлению почвы. Для подкормки использую настой сорняков (1:3). Перед настаиванием сорняки измельчаю, поливаю также стимулятором роста гуматом. При делении корня обязательно припудриваю места среза древесной золой - это от загнивания. Особенность агротеники в том, что корень со временем выползает из почвы. Не оставляю обнаженные корни, тут же мульчирую компостом и дерновой землей (1:2). Во второй половине лета собираю созревшие семена.

Бернард ДУХНЕВИЧ,
садовод-любитель.
Москва.

К

ТОВАРЫ - ПОЧТОЙ

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор "Золушка" на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1197 р.**
Инкубатор "Золушка" на 70 яиц (220 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1023 р.**
Инкубатор "Золушка" на 100 яиц (220 В, ручной переворот яиц) **933 р.**
Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1753 р.**
Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **1096 р.**
Эл. сепаратор "Нептун" 1585 р.
Озонатор (220/12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1535 р.**
Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1540 р.**
Цена включает все затраты и действительна **до 31.10.2004 г.**
ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, телефон 8-383-2-74-04-42.

ЛЕТНИЙ МУСОР

К осени на приусадебном участке скапливается немало всевозможных растительных остатков: опавшие листья, ботва, ветки и т.п. Их грамотная утилизация позволит не только очистить сад от мусора, но и преобразовать отходы в полезные для растений вещества.

Почти в каждом саду есть компостная куча. В нее складывают все, что может перегнить за сравнительно короткий период времени: выполотые сорняки, скошенную траву, кухонные отходы. Нежелательно, чтобы в компост попадали листья и стебли растений, пораженные болезнями. В особенности это касается ботвы картофеля и помидоров. Споры болезнетворных грибков, а применительно к пасленовым это главным образом фитофтора, могут сохраняться в почве или компосте в течение нескольких лет. Однако если в компост добавить свежий навоз или регулярно поливать его навозной жижей, то болезнетворные грибки будут побеждены. Но если ботвы не очень много, все-таки лучше ее сжечь.

Ветки малины тоже лучше не компостировать, а сжигать. Но совсем по другой причине. При кажущейся хрупкости они перегнивают намного дольше, чем трава или листья. Кстати, стебли малины можно использовать в качестве утеплителя. Если их разложить на грядках с клубникой, то зимой они будут достаточно эффективно задерживать снег.

Опавшие в результате поражения болезнями или вредителями яблоки, груши и другие плоды обычно рекомендуют закапывать в землю на глубину 50-70 см и не обрабатывать (не перекапывать) это место в течение 3-4 лет.

Золу, оставшуюся после сжигания садового мусора, осенью полезно рассыпать в приствольных кругах плодовых (а также декоративных) деревьев и кустарников. Минеральные соли, которые в ней содержатся, благотворно влияют на подготовку растений к зиме

К

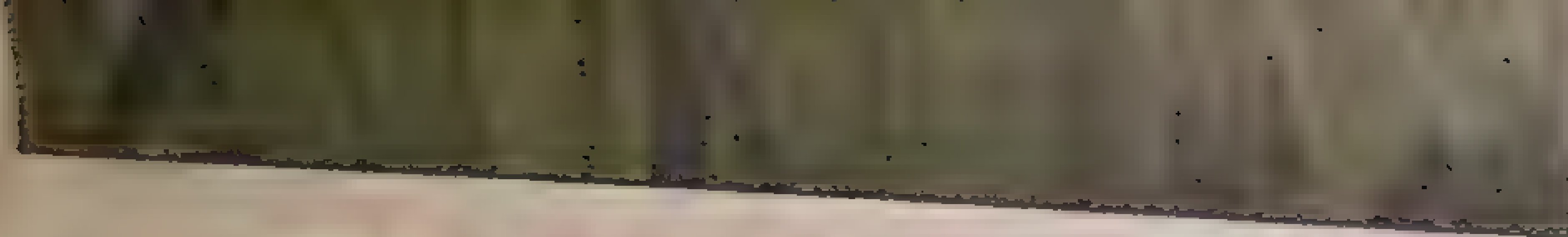
ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3

220 В, 1,5 кВт - от 13000 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - от 5800 р.

М. Ленинский просп.,
5 Донской пр-д, 21б,
проходная ЭНИМС
Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88



...или компосте в течение нескольких лет. Однако если в компост добавить свежий навоз или регулярно поливать его

...югубникой, то зимой они будут достаточно эффективно задерживать снег.

Опавшие в результате поражения болезнями или вредите-

...приствольных кругах плодовых (а также декоративных) деревьев и кустарников. Минеральные соли, которые в ней содержатся, благотворно влияют на подготовку растений к зиме.

ДУШИСТЫЙ ГЛАДИОЛУС

Ацидантеру многие цветоводы называют "душистым гладиолусом". Эти растения действительно внешне чем-то схожи, с точки зрения ботаники они являются близкими родственниками, но все-таки ацидантера и гладиолус - это разные виды.

Ацидантера - это многолетнее клубнелуковичное растение высотой около метра. Цветы, как правило, белые с сине-фиолетовым пятном в центре, обладают приятным ароматом. Бутоны распускаются постепенно, поэтому пышностью цветения ацидантера не отличается. Зато период ее цветения более продолжительный, чем у гладиолусов. Особенно эффектно растения смотрятся в группах, поэтому их часто используют для создания высоких бордюров.

Ацидантеру и гладиолусы выращивают по одной технологии. Клубнелуковицы высаживают в начале мая. Глубина борозок должна быть не менее 10 см, расстояние между растениями 20 см. После окончания цветения, в первой половине сентября, луковицы выкапывают и высушивают. Корни и листья обрезают только после их увядания. Зимой луковицы ацидантеры хранят в сухом прохладном помещении. Это может быть холодильник или погреб. В обычных комнатных условиях луковицам слишком жарко, поэтому они могут высохнуть.

Маленькие дочерние луковицы образуются каждый год. Их нужно отделять. При желании "детки" можно посадить отдельно. Через несколько лет молодые растения зацветут.

СУБТРОПИКИ В ДОМЕ СОЗДАТЬ НЕЛЕГКО

Расскажите о растении азалия. Как за ней ухаживать, размножать? Хочу, чтобы она росла у меня пышная и нарядная.

Н. ДОЛГОПОЛОВА. г. Большой Камень Приморского края.

Родина большинства комнатных растений - влажные или сухие тропики. В этих климатических зонах почти круглый год температура не опускается ниже 15-20 градусов тепла. Поэтому в комнатных условиях такие виды чувствуют себя достаточно комфортно. Совсем другое дело субтропический климат. Зимой в этих регионах бывают несильные морозы, нередко выпадает снег. Субтропические растения достаточно теплолюбивы, но для нормального развития, в том числе и цветения, им необходим период покоя, который проходит при пониженной температуре.

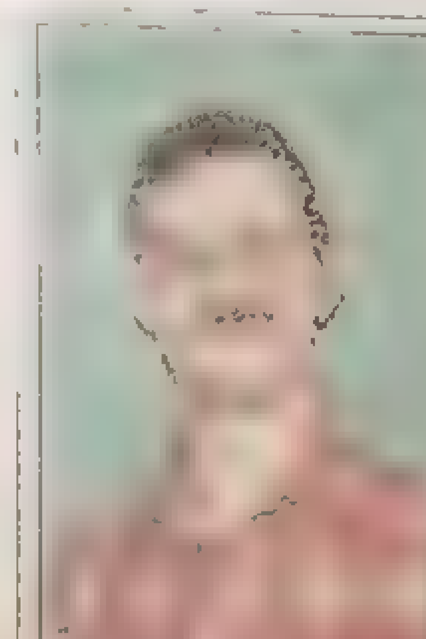
Азалия родом из прохладных субтропиков. Поэтому она относится к одним из наиболее прихотливых комнатных растений. Зимой в доме ей слишком тепло, поэтому обычно у нее не бывает обильного цветения, а большая часть листьев постепенно засыхает и опадает. Но если у вас есть застекленный балкон или веранда, где зимой бывает прохладно (5-10 градусов тепла), то вырастить пышноцветущий куст азалии будет несложно. Торфяная кислая почва, регулярное опрыскивание, обрезка кроны (чтобы была пушистой и компактной) - вот основные условия для нормального развития этого красивого субтропического растения. К сожалению, размножается азалия трудно. Причем как семенами, так и черенками.

Народ интересуется...

Существует примета: если дерево (например, яблоня) долго не плодоносит, то нужно между его корнями закопать топор. То есть как бы предупредить дерево: если не начнешь давать плоды - тебя срубят. Имеет ли научное объяснение такой необычный способ повышения урожайности?

Наталья НИКОЛАЕВА. Санкт-Петербург.

Действительно, подобный способ "воспитания" существует и, более того, нередко он бывает эффективен. Но дело конечно же не в запугивании растения, а в дополнительном снабжении его солями железа. Поэтому закапывать в землю именно топор совсем необязательно, для этой цели подойдут любые предметы, сделанные из железа.



Раздел ведет обозреватель "Друга дома" - агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ

НАСТОЯЩИЙ МУЖЧИНА

МУЖЧИНА ПОСЛЕ СОРОКА ВНЕ КОНКУРЕНЦИИ

Принято считать, что все чувства в молодости намного сильнее, а потому в восприятии молодых людей и голубизна неба ярче, и еда вкуснее, и нарывающий палец меньше болит. Это решили проверить ученые Института психологии американского штата Невада и, к своему удивлению, установили, что с годами человек начинает видеть цвета более яркими и даже с другими оттенками. Например, голубой кажется изумрудно-зеленым, оранжевый - красным, а темно-синий - черным.

Мало того, проанализировав творчество десяти известных современных художников-импрессионистов, ученые выяснили, что во время работы они вспоминают о своих возлюбленных. При этом, а также при встрече с ними у них фиксировалось возникновение эрекции. Эти данные перевернули с ног на голову всю современную сексологию. Оно и понятно: у мужчин солидного возраста в два раза чаще возникали воспоминания о любимых, а их потенция аж в четыре раза превышала потенцию молодых.

Но и это еще не все. По свидетельству журнала "Джапан таймс", японские психологи, которые, как известно, технически оснащены получше самих американцев, замерили коэффициент умственного развития чуть ли не у половины мужского населения страны. И выяснилось, что с годами IQ не только не уменьшается, но даже возрастает. Единственное, что у зрелых мужчин оказалось хуже, чем у молодых, так это общее состояние здоровья.

А стало быть, любви и научной работе возраст - не помеха. Мешают годы только здоровью. Вывод один: мужчинам надо больше заботиться о своем здоровье, заниматься спортом и отказаться от вредных привычек. Тогда в борьбе за благосклонность юных красавиц они и после сорока будут вне конкуренции.

Владимир ГУРЬЕВ.

ТЕХНОСОФТ – Компьютерный центр
Ⓜ Бауманская
г. Москва, ул. Старая Басманная, д. 25
(095) 261-3401 E-mail: contacts@pclife.ru

Intel, логотип Intel, Intel Inside, логотип Intel Inside, Intel Centrino, логотип Intel Centrino, Celeron, Intel Xeon, Intel SpeedStep, Itanium, Pentium и Pentium III Xeon являются товарными знаками или зарегистрированными товарными знаками корпорации Intel и ее подразделений в США и других странах

НЕ СПОТКНИТЕСЬ НА СЛУЖЕБНОЙ

ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ!

(095) 261-3401 E-mail: contacts@pclife.ru

Intel, логотип Intel, Intel Inside, логотип Intel Inside, Intel Centrino, логотип Intel Centrino, Celeron, Intel Xeon, Intel SpeedStep, Itanium, Pentium и Pentium III Xeon являются товарными знаками или зарегистрированными товарными знаками корпорации Intel и ее подразделений в США и других странах

ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ!

Преобразователь электрической энергии «КАРАСЬ»

Предназначен для отлова рыб-производителей, больной, сорной рыбы без причинения вреда рыбе и окружающей среде. Принцип работы основан на анодной реакции рыб.

Технические характеристики

Напряжение питания	12В (аккумуляторная батарея)
Максимальная мощность	400 Вт
Радиус действия	до 4 метров
Габаритные размеры	190x116x68 мм
Масса	0.8 кг
Регулируемая частота и скважность.	
Изделие сертифицировано.	Гарантия 1 год.
	Отпускная цена 1280 руб.

Возможна отправка по почте наложенным платежом.
Стоимость 1540 руб. (цена прибора + почтовые сборы + оплата перевода).

Заявки по адресу:
630129, г. Новосибирск 129, а/я 80
ООО «ОЛСА-СЕРВИС» Тел. 8 (383-2) 74-04-42

НЕ СПОТКНИТЕСЬ НА СЛУЖЕБНОЙ ЛЕСТНИЦЕ

Известная поговорка гласит: плох тот солдат, который не хочет стать генералом. Наверное, каждый подчиненный также хоть раз мечтал занять место своего шефа. Но вот вы наконец получаете вожделенное повышение, и оказывается, что начальственная ноша вовсе не так привлекательна. За повышение зарплаты и возможность руководить зачастую приходится платить пошатнувшимся здоровьем и психологическим дискомфортом.

Окунувшись с головой в работу, новоиспеченный шеф забывает обо всем и боится оставить рабочий пост хотя бы на минутку. А о перерыве на обед и вспоминать не хочет, заглушая чувство голода то бутербродом, то чашкой кофе. Результат - прогрессирующий гастрит: чувство болезненности и тяжести в желудке, изжоги, запоры. Понятно, что ни здоровья, ни хорошего настроения это не прибавляет.

Как бы ни болели вы душой за производство, найдите время для нормального обеда хотя бы с одним горячим блюдом.

Та же боязнь оставить "боевой пост" приводит к тому, что руководитель начинает пренебрегать своим здоровьем: ходит на работу с температурой, глотает стимуляторы, занимается самолечением. В результате болезнь не излечивается, а переходит в хроническую форму или, наоборот, обостряется. И покидает такой "герой" рабочее место в карете "скорой помощи", и хорошо, если идет к ней своими ногами, а не лежа на носилках.

Зачастую человек, заняв руководящее кресло, панически боится из него вылететь. Чтобы хоть как-то застраховать себя от неудачи, он заваливает подчиненных тройным объемом работы, мелькает перед глазами вышестоящих, доказывая свою незаменимость на этом месте.

Естественно, психологического здоровья это не добавляет. Подчиненные ропщут на самодура-шефа, руководство сатанеет от его суетливости и со временем начинает искать возможность избавиться от него. Происходит именно то, чего человек боится.

Поэтому не надо никому ничего доказывать. Просто выполняйте свою работу. Если вы действительно профессионал в своем деле, это и так видно. А если нет - то никакая суета вашего престижа не поднимет.

С головой уйдя в решение производственных проблем, многие постепенно превращаются в "жертву роли", то есть продолжают оставаться "бигбоссом" даже там, где этого не требуется. Приходя домой, они ведут себя с семьей так же, как и с подчиненными. А когда домочадцы отказываются подчиняться приказам, разгорается скандал.

Еще более неприятный вариант - попытка сорвать на домашних накопившееся за день раздражение. Уставший, издерганный шеф приходит домой, ворчит на тещу, орет на жену, отвешивает подзатыльник сыну, пинает ластящуюся к нему собачку. Ясно, что ни мира, ни покоя в доме не будет.

Необходимо научиться переключаться с производственных проблем на домашние. Для этого можно использовать такой прием. Разбейте путь от работы до дома на 5-7 этапов (от работы до метро, от выхода из метро до булочной, от булочной до зеленого забора и так далее). И, подходя к каждому из них, говорите себе: "Я стал дальше от работы и ближе к дому". А утром, идя на работу, соответственно, наоборот.

Как правило, продвижение по служебной лестнице ведет за собой улучшение материального положения, часто весьма существенное. Понятно, что хочется похвастаться, показать всем, чего достиг. На дружеские вечеринки свежеиспеченный шеф является с бутылкой дорогого коньяка, всем рассказывает, как занят, как трудно работать, "зато хорошие деньги имею!", походя упоминает, что теперь только в супермаркете отоваривается, стеклопакеты поставил. Поначалу друзья искренне радуются, по-доброму завидуют. Но постепенно те, с кем после работы в скверике пиво пил и по выходным на рыбалку ездил, начинают отдаляться от "разбогатевшего" и "крутого". Человек вдруг замечает, что остался один.

Умейте вовремя остановиться. Действительно, сначала приятели искренне радуются за вас. Но скоро это начинает их раздражать.

Друзьям все равно, сколько вы получаете и что делаете на работе. Объединяет вас не статус, а общность интересов. Как бы ни были вы заняты, выкраивайте один день в неделю и посвящайте его "играм мужчин на свежем воздухе": рыбалке, охоте, выездам на шашлыки, то есть тому времяпрепровождению, которое было характерно для вас в "доначальственную" эру.

Поэтому, если вам дороги здоровье и друзья, вы хотите сохранить нормальные отношения с домочадцами и коллегами, постарайтесь, чтобы изменившаяся должность не сильно изменила вас как личность.

Марина ЛЬВОВА,
психолог

СЕКРЕТЫ БОЛЬШОЙ СТИРКИ

У стирки есть свои секреты, не соблюсти которые - значит испортить вещь. А потому постарайтесь запомнить некоторые маленькие хитрости.

* Изделия из химических волокон не трите и не выкручивайте. Стирайте их, не дожидаясь сильного загрязнения.

* Перед стиркой юбку со складками прометайте тонкой ниткой крупными свободными стежками - тогда ее легко будет прогладить.

* Вещи фланелевые не натирайте мылом. Лучше приготовьте мыльный раствор, в который добавьте столовую ложку глицерина на ведро воды.

* Никогда не кипятите синтетические изделия - происходит их деформация, на тканях образуются заломы, которые уже никогда не разгладятся.

* Шерстяную вещь перед стиркой выверните наизнанку. Стирайте и полощите в теплой воде. При резкой смене температуры шерстяная пряжа теряет эластичность, садится.

* Свалявшееся трикотажное изделие прополощите в воде, в которую на каждые 10 литров добавьте 3 столовые ложки нашатыря, а затем оставьте его в этом растворе на сутки. После этого несколько раз прополощите в теплой воде, заверните в махровое полотенце, а затем сушите, разложив на столе.

* Для стирки изделий из мохера приготовьте теплый раствор моющего средства для шерсти или шампунь. В раствор добавьте немного глицерина.

* Если вы добавите в воду для полоскания немного питьевой соды, ярко-красные и синие ткани сохранят свой цвет. Если полощете розовые ткани - подлейте нашатырный спирт, если голубые - уксус, а чтобы освежить окраску черных тканей - добавьте щепотку соли.

* Вещи, вышитые цветными нитками, нужно перед стиркой замочить, добавив 2 чайные ложки соли на литр воды, а затем стирать в мыльной, тоже подсоленной воде комнатной температуры. Их следует хорошенечко просушить и только потом прогладить с изнанки.

В истории стирки и немало интересного.

В Древнем Египте слово "стирка" обозначалось иероглифом, изображающим две ноги в воде. Это говорит о том, что именно такой способ был самым популярным в те времена. Да и сейчас он используется в отдаленных уголках Азии и Африки.

Всезнающий ученый Плиний сообщает в своей энциклопедии "Естественная история", что мыло изобрели галлы. В растопленный козий жир они клали золу определенных пород дерева (например, бука), содержащую карбонат калия.

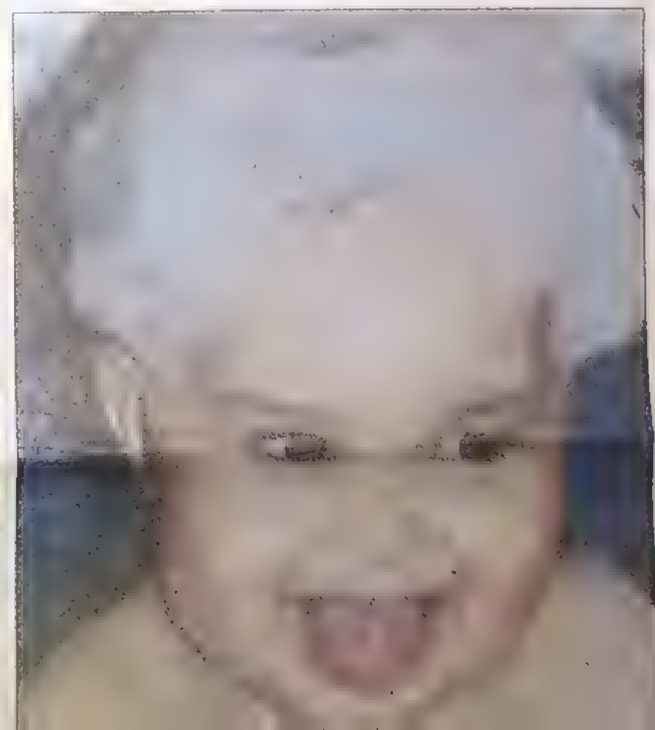
Иногда мыло служило подарком. Крестоносцы в XII в. привозили знаменитые мыльные шарики из Дамаска в дар своим возлюбленным. В XV и XVI вв. рыцари и купцы доставляли пахучие шарики из Венеции. На них были вытеснены лилии, еловые шишки, полумесяцы - первые, если можно так сказать, торговые знаки.

Настоящая стиральная машина появилась 7 июня 1856 года с легкой руки американца Мура, который именно в тот день получил "привилегию" на свое изобретение. Это был деревянный ящик на колесах с вертикально вставленной деревянной рамой, на которой были закреплены деревянные "пальцы". В машину складывали белье, до половины заполняли деревянными шариками и заливали мыльным раствором. Рычаг двигал раму вверх-вниз, шарики перекатывались, и таким образом белье отстирывалось от грязи.

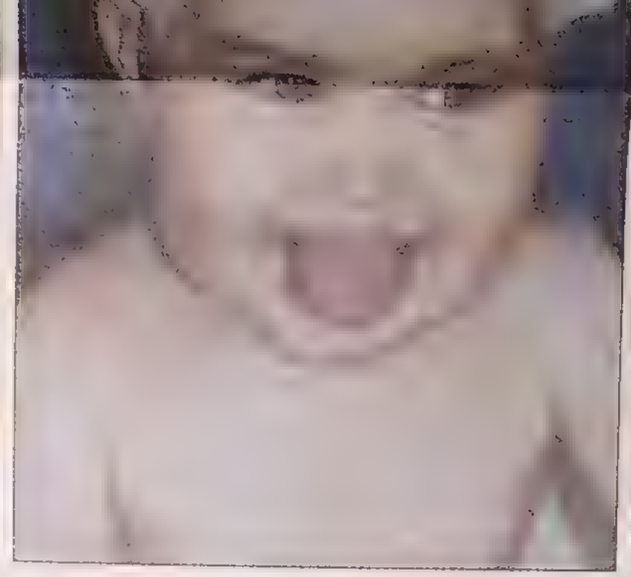
Подготовил
Анатолий САФОНОВ.

ВНИМАНИЕ: КОНКУРС!

Продолжаем публиковать фотографии, присланные на конкурс.



Олимпийский резерв. Роман Хасанов. г. Рошаль Московской области.



У меня шампунь с кондиционером. Денис Уколов. Фото Юлии УКОЛОВОЙ. г. Екатеринбург.

А я играю на гармошке. Паша Васильченко. Фото Светланы ВАСИЛЬЧЕНКО. г. Киселевск Кемеровской области.

Первый парень на деревне. Саша Андреев. Фото Надежды ЕХЛАКОВОЙ. г. Березники Пермской области.

Откуда дровишки? Из лесу, вестимо. Андрей Ильяшенко. Фото Елены ИЛЬЯШЕНКО. с. Кашкарагаиха Алтайского края.

Завтра - рыбный день. Артем и Егор Потапенко. Фото Галины КУРМАЗОВОЙ. пос. Сангар, Якутия.

ДЕТСКИЙ МИР

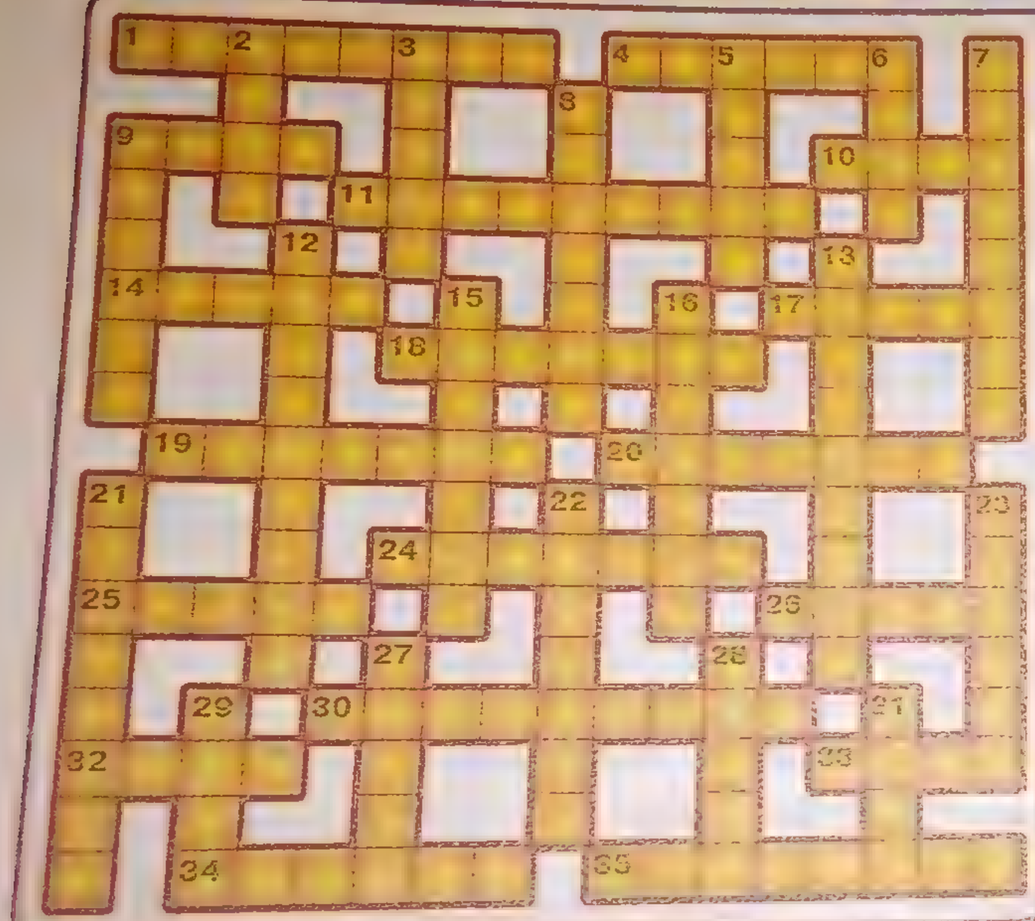
Есть вещи, на которые можно смотреть бесконечно. В их числе детские фотографии, непосредственные, искренние, теплые. Они словно заряжают нас своей энергией, дарят радость.

"Друг дома" объявляет конкурс на самую интересную детскую фотографию "Детский мир". Итоги мы будем подводить ***каждый месяц*** *- выбирать лучшую "фотомодель" января, февраля, марта и так далее. Естественно, победителя каждого месяца ждет приз -* ***500 рублей****.*

Обязательно напишите имя героя или героини вашего фотоснимка, не забудьте указать свой точный адрес, фамилию, имя, отчество. Участвовать в конкурсе можно многократно. Возраст детей не ограничен. Желательно, особенно если снимок сюжетный, снабдить его оригинальной подписью.

Заряжайте ваши фотоаппараты, мамы и папы, дедушки и бабушки, родственники и друзья. Пусть вашего ребенка, которым вы, несомненно, гордитесь, увидят все!

СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ



ДЛЯ ЖЕНЩИН

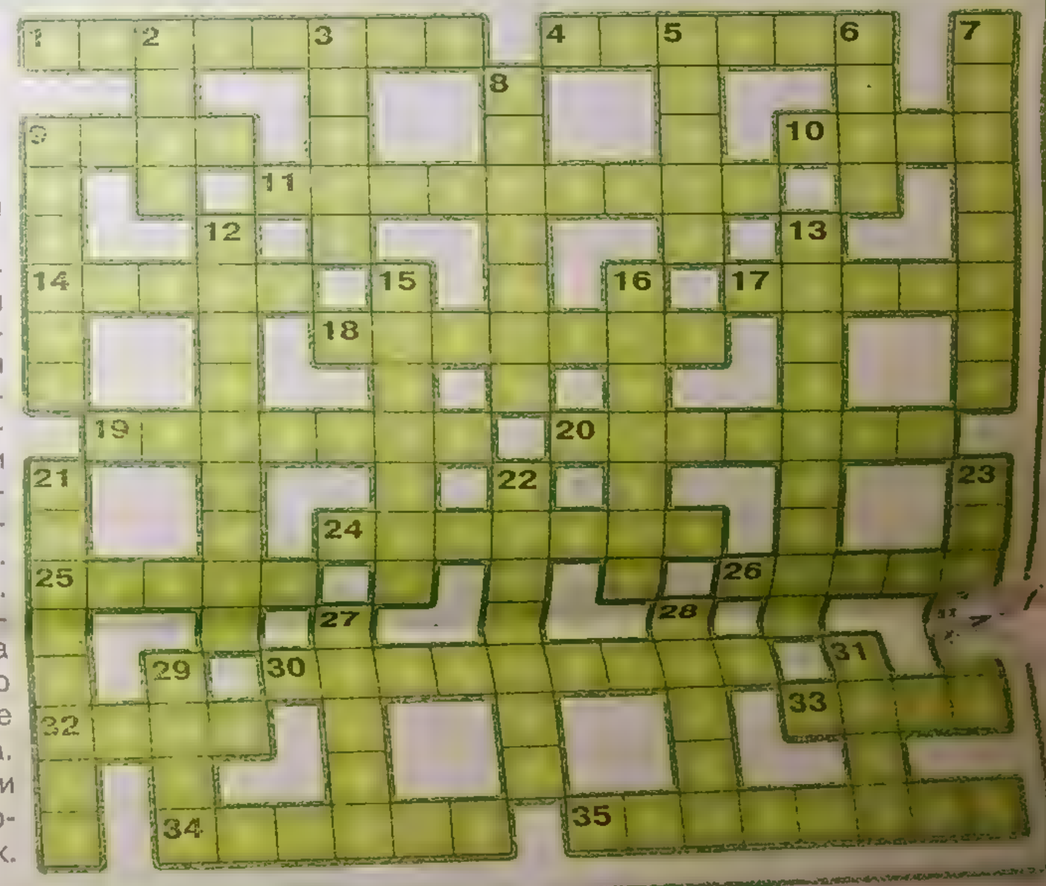
По горизонтали. 1. Еда, собравшаяся в поход. **4.** Координатор заздравных тостов. **9.** Пустой кулек. **10.** Карты не для картежников, а для магов. **11.** Певица с музыкально-темповой фамилией. **14.** Пляжная постель. **17.** Место, где американские коровы ведут здоровый образ жизни. **18.** Состояние после замора червячка. **19.** Дудочка, украденная у Карла. **20.** Кутюрье, помогающий одеться Алле Пугачевой. **24.** Разновидность муки из овса **25** Мишка из бамбуковых зарослей. **26.** Учреждение, выдающее аттестаты непонятно какой зрелости. **30.** Женский прикид для Черноморского побережья **32.** Звездная или брачная. **33.** Тонизированное спиртное. **34.** Свидетельство об успеваемости. **35.** Крутобокая сковородка.

По вертикали. 2. Краска с оттенком желтизны. **3.** Планета, от которой чем дальше, тем она голубее. **5.** Слух, "пошедший по рукам". **6.** Компонент "Птичьего молока". **7.** Цветная капуста зеленого цвета. **8.** Рупор на батарейках. **9.** Покрытие модной сковородки. **12.** Опора в виде женской фигуры. **13.** Система, где Солнце - звезда. **15.** "Чистилище" ковров. **16.** Живущий весело от сессии до сессии. **21.** Он из тех, кого по осени считают. **22.** Касание губами щеки, лба или носа. **23.** Образец, призванный доказывать, что лучшее - враг хорошего. **27.** Воздушное блюдо. **28.** Шансы выиграть в лотерею возрастут, если купить это. **29.** Деньги его любят. **31.** Прием пищи при свечах.

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 1. Возможность не идти служить. **4.** Судно от него отваливает, ...вая концы. **9.** Сразу после прыга. **10.** ...ала из протяжной песни. **11.** Студенческое пособие. **14.** Документальный рассказ. **17.** Черный форум ведьм. **18.** Человек, метящий в родители истины. **19.** Повод для медали за боевое отличие. **20.** Местность близ морей - Баренцева или Лаптевых. **24.** Оконный герметик. **25.** Жидкость, с которой сравнивают чистоту самогона. **26.** Его не стоит метать перед свиньями. **30.** Пауза для загнанного коня. **32.** Следом за "буки". **33.** Контора, кующая женатиков. **34.** Мужество, отмеченное медалью. **35.** "Дефект зрения", помогающий разглядеть у себя рога.

По вертикали. 2. Призыв тормознуть. **3.** Девушки ее берегут, а военные - отдают. **5.** Атмосфера, подогреваемая хорошим вином. **6.** Легендарная река, купание в которой приводит к полному склерозу. **7.** "Замаревшая" народная песня. **8.** Профессия Гоши из фильма "Москва слезам не верит". **9.** "Злачность" на летнюю шляпу. **12.** Тонкое мастерство в искусстве, виртуозность в работе. **13.** Известный кулинар, путешественник и рокер. **15.** Цитата перед романом. **16.** Башмак спринтера. **21.** Привоз пиццы на дом. **22.** Вор на месте трагедии. **23.** Услуги для железного коня. **27.** Летунья, когда рубят лес. **28.** Боевое звено коллектива. **29.** Центр тяжести атома. **31.** Первозданный кавардак.

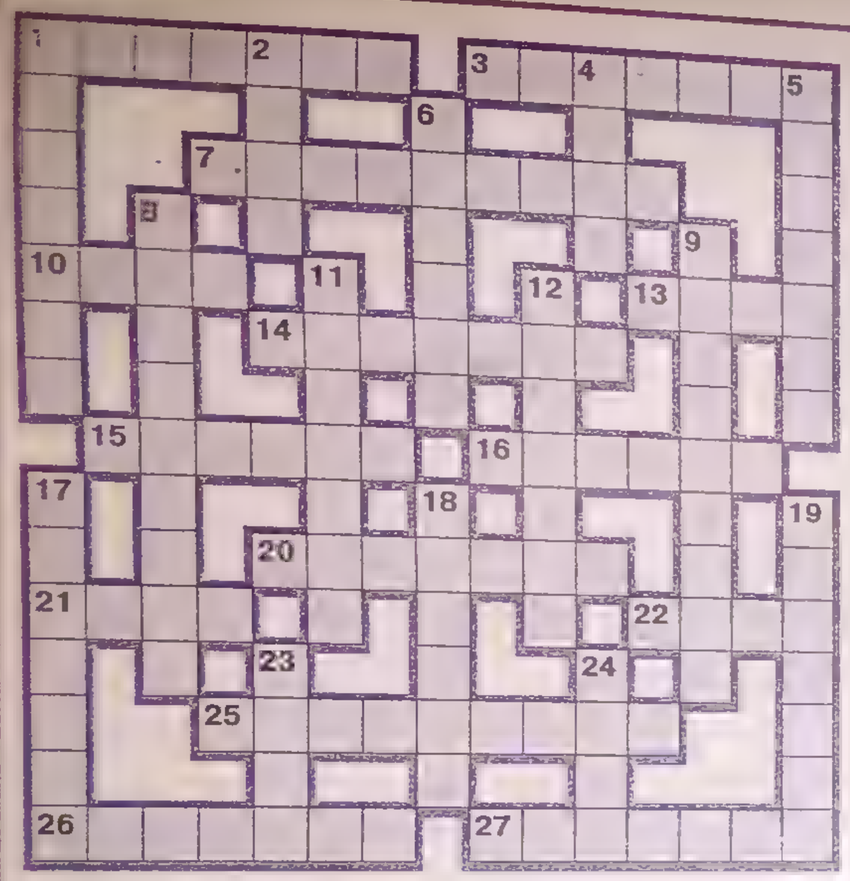


ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Перекус после

...ерметик. 25. Жидкость, с которой ...вают чистоту самогона. 26. Его не

...тера. 21. Привоз пиццы на дом. 22. Вор на месте трагедии. 23. Услуги для железного коня. 27. Летунья, когда рубят лес. 28. Боевое звено коллектива. 29. Центр тяжести атома. 31. Первозданный кавардак.



ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Перекус после обеда. 3. Самый маленький палец. 7. Современный цветной "карандаш". 10. Самый преданный друг Ходжи Насреддина. 13. Колобок в подавленном состоянии. 14. Молодое растение из питомника. 15. Следует за куплетом. 16. Специалист, с которым можно залететь на небеса. 20. Царевич зверей. 21 Счет в игре. 22. Природный дельфинарий. 25. Лучшая шапка для игры в прятки. 26. Задиристый тип. 27. Место работы крокодила Гены.

По вертикали. 1. Тетрадка с буквами для первоклашек. 2. Цифра, под которую можно подстричься. 4. Сказочный Горыныч. 5. Шляпа из геометрии. 6. Человек, которого дело боится. 8. "Газель", прикидывающаяся такси. 9. Профессия для Спартака. 11. Лучшее лекарство для Карлсона. 12. Буренкино дитя. 17. Продукт труда синоптика. 18. Дубовый плод. 19. Зачитанная "Математика". 23. Макушка черепушки. 24. Что обычно растворяют в душной комнате?

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ (095)229-88-22

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРДЫ, НАПЕЧАТАННЫЕ В № 37

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. 7. Одеяло. 8. Краска. 9. Вид. 11. Ржа. 12. Киноактер. 15. Автор. 18. Берет. 19. Колодка. 20. Спутник. 21. Абрикос. 25. Шампунь. 26. Кулон. 27. Весна. 31. Сандалета. 33. Фри. 34. Род. 35. Помада. 36. Худоба.

По вертикали. 1. Аквапарк. 2. Вода. 3. Мякиш. 4. Начес. 5. Шарф. 6. Чванство. 10. Рацион. 13. Кондуктор. 14. Деликатес. 16. Номинал. 17. Икебана. 22. Микрофон. 23. "Шпагат". 24. Трагедия. 28. Запах. 29. Стадо. 30. Липа. 32. Брак.

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 7. Убыток. 8. "Субару". 9. Раб. 11. Нос. 12. Пропеллер. 15. Лидер. 18. Жизнь. 19. "Зарница". 20. Полгода. 21. Шпунтик. 25. Прозаик. 26. Почин. 27. Отель. 31. Собакевич. 33. Мат. 34. Дон. 35. Апрель. 36. Пленка.

По вертикали. 1. "Геркулес". 2. Зубр. 3. Шторм. 4. Обрез. 5. Фунт. 6. Писулька. 10. Реванш. 13. Себялюбие. 14. Кинотеатр. 16. Жандарм. 17. Сцепщик. 22. Супермен. 23. Взятка. 24. Осьминог. 28. Собес. 29. Минер. 30. Стаж. 32. Удар.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Компас. 4. Корова. 7. Луна. 8. Царь. 9. Уксус. 12. Атака. 13. Паром. 14. Базар. 15. Перро. 20. Рыбак. 22. Обои. 23. Кадр. 24. Описка. 25. Август.

По вертикали. 1. Калька. 2. Мини. 3. Сушка. 4. Конус. 5. Очаг. 6. Альбом. 10. Океан. 11. Балет. 14. Болото. 16. Оборот. 17. Рыбка. 18. Замша. 19. Пони. 21. Рагу.

Рисунок Игоря ЧЕЛМОДЕЕВА.

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ксении ДИСТЕРОВОЙ.
Вклад-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Анны ЖУРКИНОЙ, ... КАРДАКОВА Лилии ШАРЛОВСКОЙ.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком К, печатаются на ... основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 229-88-22. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает. Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г. Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 292-83-65.
E-mail: dragdoma@megacon.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в "ОГФ Нижний Новгород".
Тираж 142500 экз. Заказ № 2038
Цена свободная

Время подписания в печать по графику 29.09.2004 г. в 19.00.
Подписано в печать 29.09.2004 г. в 17.00

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

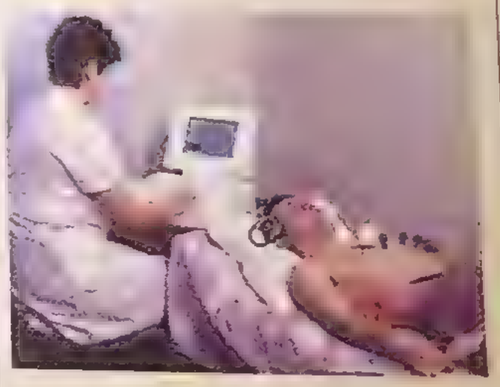
ДРУГ ДОМА©

Выходит четыре раза в месяц

30/382 август 2005

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ

Пора проверить "мотор" - стр. 4



Фотограф щелкает - и вы великолепны - стр. 5

Как вернуть

ЗА ПОКУПКАМИ СО СПИСКОМ

Вы покупаете все подряд, с потом "финансы плют романсы"? Чтобы не стать жертвой изобилия, хорошо подготовьтесь к походу по магазинам!

Составьте список того, что необходимо купить, и носите его с собой. Жизнь непредсказуема - нужная вещь может продаваться в самом неожиданном месте.

Не устраивайте шопинг в день зарплаты. Так вы рискуете потратить все до копейки, а потом оказаться лицом к лицу с трагическим вопросом "как жить дальше?".

Выбирая обновку, задайте себе вопрос: "А с чем я буду это носить?" Возможно, симпатичные брючки потребуют и сумочки, и туфель в тон. Может, еще и волосы придется перекрасить. Итого - расходы увеличиваются вдвое, а то и втрое. Нужно ли это вам?

За вещи классического стиля, особенно качественные, возможно, стоит и переплатить. Они всегда будут актуальны. А "крик моды" очень быстро сменяется новым.

Если вы любите покупать одежду на распродажах, подумайте, есть ли у выбранных вещей другие достоинства, кроме цены. Какая-нибудь блеклая кофточка не украсит вас, даже если вы получите ее бесплатно.

Перед покупкой внимательно изучите этикетку. Обидно обнаружить дома, что симпатичная блузка или юбка, которую нельзя стирать, стоит дешевле, чем ее химчистка. Далеко не все ткани выдерживают машинную стирку или сушку в вертикальном положении (бывает и такое).

Если вы все-таки склонны к необдуманным покупкам, возможно, есть смысл обратиться к психологу. Шопотерапия - отличный способ поднять настроение, но не панацея от всех проблем.

Если вещь настолько вам понравилась, что вы не сможете без нее обойтись, забудьте все правила, купите ее и радуйтесь!

Александра СМИРНОВА.

ISSN 1563-2334
0 771563 233006 >

Фотограф щелкает - и вы великолепны - стр. 5

Как вернуть мужа - стр. 6

Летние страсти - стр. 7

Привет от Деда Мороза - стр. 14

Чтобы вкусным был шашлык - стр. 15

ПРОФЕССОРСКАЯ САГА

Здравствуйте, уважаемые сотрудники редакции газеты "Друг дома"!

До сих пор я вам присылала только веселые случаи из своей жизни, а сегодня хочу написать трогательную и поучительную историю о преподавателе древнерусской литературы (XI-XVII вв.) в нашем педагогическом университете.

Когда я училась на филологическом факультете, преподавательский состав был очень сильным - сплошь профессора и доктора филологических наук. Одним из профессоров был старенький-старенький Николай Алексеевич Каргаполов. На вид ему было лет сто! Но как же мы удивились, когда в одном из коридоров главного корпуса института мы увидели старый стенд с фотографиями 30-летней давности: из множества молодых лиц, среди которых мы с изумлением узнавали наших маститых докторов, на нас строго смотрело морщинистое лицо Николая Алексеевича. Он был уже на пенсии!

Мы, студенты, посмеивались: "Сам сочинил "Слово о полку Игореве" и не признается!" Это произведение было любимым у Каргаполова, он знал его наизусть от начала до конца в древнерусском варианте, требовал знания хотя бы 10 версий о происхождении этого памятника русской литературы (всего их более 30!) и заставлял нас учить "Плач Ярославны". Николай Алексеевич обладал удивительной способностью: читая лекции и вставляя цитаты из книг на древнерусском языке, он продолжал лекцию на древнерусском. И мы тогда растерянно откладывали ручки: что писать, если его речь льется так же плавно и вязко, а мы понимаем только отдельные слова? Потом в какой-то момент профессор переходил на нормальный язык, а мы восстанавливали отрывок лекции кто как мог: кто у старшекурсников списывал, кто в библиотеке сидел. Я так и не знаю до сих пор может, это у него такой педагогический прием был? Или он в самом деле не замечал перехода с современного языка на древнерусский и обратно?

Однажды после занятий мы с профессором сидели на кафедре (я писала у него курсовую), и Николай Алексеевич сетовал на прогулы студентов. Я не удержалась: "Разве вы никогда не бегали с уроков?" Николай Алексеевич вздохнул: "В своей жизни я пропустил занятия только два раза - первый раз еще в гимназии, а второй раз мы сбежали вместе с моей будущей женой из университета - в тот день я сделал ей предложение".

У Николая Алексеевича была заветная тетрадка, куда он записывал темы лекций, кто прогулял, опоздал, кто сидел и не конспектировал, а иногда и краткие комментарии о характере студента. Например, поймав моего одногруппника на контрольной со шпаргалкой, профессор в своей тетрадке написал: "Олег Кротов - склонен к мелкому мошенничеству". И однажды... пропала эта тетрадка. Николай Алексеевич был очень расстроен, несколько дней он искал ее по всем аудиториям, без конца спрашивал ее у технички, тяжело вздыхал и бормотал: "Вот жалость-то... потерялась... как же я без нее, а? Я ведь как без рук... и перед самой сессией..."

И вдруг... пришел с точно такой же тетрадкой, только обложка другого цвета. Оказывается, у него дома была копия институтской рабочей тетради, куда он педантично переписывал все до последней буковки. После этого случая даже те, кто стоял под угрозой отчисления за неуспеваемость, не решились похищать другую тетрадь: а вдруг у него дома еще есть?

Николай Алексеевич обязывал нас вести читательские дневники - своего рода подсказки на экзаменах, которыми можно было пользоваться. В конце семестра он собирал эти дневники и проверял. У него была уникальная память на стиль ведения дневников и почерк студента! Редко кто вел эти дневники во время семестра, большинство предпочитали взять напрокат у другой группы или у старшекурсников. Но этот номер не проходил никогда!

Николай Алексеевич неизменно возвращал дневник со словами: "Передай мою благодарность Кузьмину Никите (Старцевой Леночке, Малышевой Насте и др.), что он не выбросил этот дневник, он еще пригодится, а ты, голубчик, принеси свой!"

Я отучилась, получила диплом, уехала в другой город, получила еще одно образование, вышла замуж, родила детей, вернулась в Новосибирск...

А Николай Алексеевич все читает студентам древнерусскую литературу. Такие, как он, не умирают! Они просто уходят читать лекции другой аудитории!

С уважением
Ольга МАТРУК.
Новосибирск.

КОНКУРС

Вся в шоколаде

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Приз **1000 рублей** получает один победитель.

По итогам конкурса в "Друге дома" № 29 победителем стала **Ольга МАТРУК** из Новосибирска, поделившаяся рецептом уникального крема для рук на основе шоколада.

Поздравляем победителя!

Чтобы принять участие в нашем конкурсе, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

НЕ ЗАБУДЬТЕ ПОДПИСАТЬСЯ

Нуждаетесь в надежном совете хорошего друга? Так пригласите его домой!

Между тем купить "Друг дома" у распространителей становится все труднее. Поэтому лучший выход - пойти на почту, найти в I томе на 94-й странице Объединенного каталога "Пресса России" (он зеленого цвета) наш индекс - 34199 и оформить подписку на "Друга дома".

Независимая и счастливая

Добрый день, уважаемая

себя любить, причем снабжая многочисленными советами,

вить повкуснее (здесь-то и пригодились рецепты "Друга").

польстило, но тем не менее я не удержалась и напомнила, что в серую мышку меня превратил именно он. Супружник как-то сразу потускнел, но все же еще раз предложил окончательно не рвать отношения

Независимая и счастливая

Добрый день, уважаемая редакция!

Мне очень нравится ваша газета. Читая ваши статьи, я очень многому научилась, советы психологов заставили меня по-другому взглянуть на жизнь, а из кулинарных вырезок я собрала вполне приличную коллекцию рецептов. Вот именно с этих рецептов началась моя новая жизнь. А дело вот как было.

Замуж я вышла очень рано, едва 18 исполнилось. Андрей был старше на семь лет и казался мне самым умным, самым добрым, самым замечательным мужчиной на свете. Хотя, наверное, я так считала потому, что других мужчин у меня раньше не было. В общем, наши отношения складывались по традиционной схеме - я любила, а он позволял себя любить, причем снабжая многочисленными советами, как сделать так, чтобы ему жилось получше. Я старалась как могла, но все равно по большей части не дотягивала до идеала. Чем больше старалась, тем больше не дотягивала. В вину мне ставилось все - и отсутствие опыта по части кулинарии и умения вести семейный бюджет, и неполученное высшее образование. Время от времени мне напоминалось, что я выгляжу как курица и мои волосы давно забыли, что такое парикмахер. Конечно, сейчас я бы непременно задала резонный вопрос: откуда у 18-летней девчонки может быть богатый хозяйственный опыт и на какие деньги я могла сходить в парикмахерскую, если отчитывалась буквально за каждую истраченную копейку. К тому же до свадьбы мой внешний вид благоверного вполне устраивал. Но тогда я молча терпела все это и вполне искренне считала, что в семье и должны быть именно такие взаимоотношения.

Поэтому, когда после очередного скандала муж собрал вещи и ушел к своей матери, я была в шоке. Неделю я провела как в тумане. Ходила по квартире, как привидение, даже лишний раз себе еды не готовила. А потом вдруг все переживания как рукой сняло. И первое, что я сделала, это приготовила обед из своих любимых блюд. Ведь раньше я в основном для него старалась. Вот, наверное, тогда-то я и поняла, что, оказывается, можно что-то и для себя делать. Стала я себе готовить повкуснее (здесь-то и пригодились рецепты "Друга"). Стала вновь общаться со своими подругами. Раньше муж не очень одобрял нашу девичью компанию. Он вообще не любил, когда я без него куда-нибудь отправлялась. Теперь же я без всяких ограничений могла ходить куда угодно, встречаться с кем хочу и совершенно не думать о том, что мне нужно спешить домой и готовить ужин. Может быть, я вела себя эгоистично. Но мне моя новая жизнь стала очень нравиться. Я словно наверстывала все упущенное за годы семейной жизни, ходила в кино, читала журналы, посещала парикмахерскую и косметолога, покупала новую одежду. Надо сказать, что подруги активно поддерживали все мои начинания. Больше того, одна из них уговорила меня перейти на работу к ней в риелторскую компанию. И работа поинтереснее, и зарплата повыше. В общем, жизнь начала складываться очень удачно. Я уже начала подумывать о том, чтобы поступить в институт.

И тут как гром среди ясного неба мне позвонил бывший супруг и предложил встретиться. Я сначала очень испугалась, потом подумала, что он решил подать на развод. В общем, встретились мы в кафе. Но, что удивительно, речь шла вовсе не о разводе, а, скорее, наоборот. Андрей постоянно подчеркивал, как благотворно на меня повлияла независимость и что из домашней серой мышки я превратилась в интересную леди. Даже заявил, что будет приезжать ко мне два-три раза в неделю. Конечно, мне это польстило, но тем не менее я не удержалась и напомнила, что в серую мышку меня превратил именно он. Супружник как-то сразу потускнел, но все же еще раз предложил окончательно не рвать отношения и хотя бы время от времени встречаться. В глубине души я была очень рада, потому что, если честно, Андрея любила очень сильно, но и менять свою жизнь уже не хотелось. Быть свободной и независимой мне очень понравилось. Поэтому мы договорились, что все его визиты мы будем согласовывать за неделю.

Муж очень удивился, но, видимо, не поверил, что за столь короткое время моя жизнь настолько изменилась. Почему-то он решил, что дальше внешности дело не пошло. И в результате, явившись без звонка, целый вечер сидел в пустой квартире (ключ, разумеется, у него никто не отбирал), в то время как я отмечала день рождения подруги. Потом всю неделю я была занята на новой работе, поэтому застать меня дома было очень сложно. Однако чем больше я игнорировала наши рандеву, тем сильнее Андрей на них настаивал. Стал приходить ко мне при полном параде, с цветами и подарками. По-моему, он даже перед свадьбой за мной так не ухаживал. Да и я стала относиться к нему по-другому. Если раньше я смотрела на него снизу вверх глазами преданной собачонки, то сейчас в наших отношениях появился элемент уважения. Причем взаимного. Стоит ли говорить, что теперь мы снова вместе и сейчас наш брак гораздо счастливее, чем раньше.

Анна КОЛЫВАНОВА.
Кемерово.

ХОЧУ СПРОСИТЬ...

"Друг дома" старается отвечать на все вопросы читателей, представляющие интерес для большинства. Чтобы вам было удобнее их формулировать, предлагаем специальный купон.

Хочу спросить у "Друга дома" о...

Каждому: склеивание почтовых конвертов, ручная фасовка семян, сборка авторучек, другая надомная работа! З/п до 12500 рублей. Контракт. Материалы почтой. 454135, Челябинск, а/я 11283 + конверт с о/а.

Дома" у распространителей становится все труднее. Поэтому лучший выход - пойти на почту, найти в I томе на 94-й странице Объединенного каталога "Пресса России" (он зеленого цвета) наш индекс - 34199 и оформить подписку на "Друга дома" на следующее полугодие.

ВОЛШЕБНАЯ НИТОЧКА

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "Волшебная ниточка".

В этом выпуске мы предложим выкройку жакета, схемы вязания ажурных узоров, вышивок на морские темы и многое другое.

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции. Вы можете оформить подписку на сборник "Волшебная ниточка".

Наш подписной индекс - 15931 в Объединенном каталоге "Пресса России", т. I, стр. 94.

НАРОДНОЕ РАДИО
СВ 612 кГц
С 7.00 до 19.00
ДЛЯ ВСЕХ
И ДЛЯ КАЖДОГО

www.narodinfo.ru
E-mail: narodinfo@km.ru

БЕСТСЕЛЛЕР-2005

Мы продолжаем наш конкурс "Бестселлер-2005", суть которого в том, что мы вместе с вами пишем роман. С условиями конкурса и кратким содержанием нашего совместного произведения вы можете ознакомиться в предыдущих номерах, а мы с нетерпением ждем ваших вариантов развития событий.

Напоминаем, что самые активные соавторы будут номинированы на премию "Друга дома". Три победителя получат по 3000 рублей. Обратите внимание на то, что роман еще не имеет названия, поскольку и здесь мы рассчитываем на вашу помощь.

С каждой новой главой наш детектив становится все более захватывающим, судьбы персонажей оказываются переплетены между собой самым неожиданным образом, разгадку тайн нужно искать в прошлом, а те, на чью помощь можно было бы рассчитывать в первую очередь, оказываются в рядах недоброжелателей. Главную героиню, кардинальным образом изменившую свою внешность, похищают бандиты. А выбраться из неприятной ситуации Татьяне помогает ее отец, который, как выяснилось, в этой истории лицо отнюдь не стороннее. Да и вообще оказалось, что большинство участников этой истории знакомы друг с другом гораздо ближе, чем можно было предположить вначале.

И сегодня мы предлагаем вам версию Елены ГАЛЛАКТИОНОВОЙ из Костромы. После литературной обработки продолжение нашего повествования выглядит следующим образом.

В общих чертах картина была такая. Некая криминальная организация, членами которой являются люди довольно не бедные и высокопоставленные, занималась незаконным вывозом из страны ценнейших предметов искусства. Это были шедевры, похищенные из частных коллекций и запасников музеев. Наибольший интерес представляли картины и книги. Основной расчет был на то, что в частных коллекциях эти предметы оказывались не совсем законным путем, поэтому особого шума можно было не опасаться. С музеями вопрос решался еще проще - документы оформлялись таким образом, что интересующий злоумышленников предмет представлялся безнадежно испорченным, отправлялся на реставрацию, а дальше следы его терялись. Сами же предметы через какое-то время в отреставрированном виде оседали в частных коллекциях, но уже за рубежом.

Механизм был отлажен до мелочей. Более того, для легализации (хотя бы частичной) полученных средств и была создана компания "Эдельвейс". А ни о чем не подозревающий господин Туровцев был назначен вице-президентом с тем расчетом, чтобы при малейшем наезде правоохранительных или налоговых органов сделать из него козла отпущения. Разумеется, и супруга, и ее папенька были в курсе всех этих махинаций. Больше того, Анжела ведала всеми финансовыми делами, а ее отец выступал в качестве эксперта. Но любое дело, как бы тщательно оно ни было спланировано, может сорваться из-за нелепых случайностей. Так и здесь, никто не мог предположить, что мир настолько тесен.

Начнем с того, что Александр никогда не афишировал свое боевое прошлое. И поэтому никому и в голову не могло прийти, что, заподозрив неладное, он первым делом обратится за помощью к боевым товарищам. Собственно говоря, именно с этой беседы началась операция, задуманная генералом Седовым. Информация об "Эдельвейсе" помогла связать разрозненные факты в единую картину. Но тут начались непредвиденные сложности. Анжела, время от времени имеющая романы на стороне, знакомится с Константином. Он тоже связан с аферами в мире искусства, и вместе они составляют прекрасный криминальный дуэт. Более того, его идеи позволили значительно расширить сферу деятельности синдиката. Впрочем, тут надо оговориться, что предприимчивая Анжела, общаясь с "коллегами по бизнесу", умалчивала об истинном авторе, выдавая оригинальные проекты за свои. Дивидендами она, разумеется, тоже не делилась. Больше того, время от времени якобы от имени "конторы" они проводили собственные сделки, оформляя документацию через тот же "Эдельвейс". Однако перечисленные суммы оседали уже на их личных счетах.

Константин в свою очередь тоже не все рассказывал приятельнице, и его авантюра со старинными полотнами была ей совершенно не известна. Можете себе представить, какой шок испытала эта дамочка, когда в один прекрасный момент, явившись на "совещание" по поводу очередной "сделки", буквально нос к носу сталкивается с Константином, который привез очередной "старинный" шедевр. Пикантность ситуации заключалась в том, что тот самый "шедевр" силами Анжелы планировалось продать одному европейскому коллекционеру, имевшему российское происхождение и весьма криминальное прошлое. Больше того, сама Анжела прекрасно знала, что продается состаренный новодел, в то время как коллеги были уверены, что реализуют действительно антикварную вещь. Константин тоже был несколько удивлен, ибо представления не имел, что тем самым надежным посредником, о котором ему рассказывали заказчики, является его пассия.

Разумеется, Константин пытается выяснить отношения, в первую очередь финансовые, и шантажирует Анжелу, угрожая поведать "коллегам" о ее двойной игре. Но здесь он просчитался. Дамочка оказалась слишком крепким орешком, и поэтому, сочтя, что Константин представляет для нее опасность, она принимает решение его устранить. И начинает активную подготовительную работу. Неоценимую помощь в этом оказал ей ее новый друг - личность никому не известная, но бесспорно владеющая боевыми искусствами. Он-то и взял на себя "техническую" сторону устранения предшественника. По замыслу преступников, все это должно было выглядеть как преступление на почве ревности, под подозрением должен был в первую очередь оказаться муж, а дальнейшее вдумчивое изучение его персоны непременно должно было вывести следствие на финансовые неувязки в делах "Эдельвейса". Тем самым одним ударом Анжела избавлялась и от шантажиста-любовника, и от мужа, оставив при себе все финансы. Скорее всего, так бы и произошло, но опять вмешивается случай.

Разве можно было предположить, что никому доселе не известный дизайнер, совершенно случайно приглашенный для оформления выставки, окажется, во-первых, экспассией сначала ее мужа, а затем и Константина, во-вторых, автором тех самых "старинных шедевров", а в-третьих, дочкой генерала Седова. Поэтому, когда следствию, можно сказать, из первых рук стали известны все нюансы картинного бизнеса, Анжела начала волноваться по-настоящему. Вот она и рискнула вломиться в квартиру и уничтожить фотографии, запечатлевшие факт ее визита на эту злополучную дачу. В то же время "коллеги" ничуть не меньше следствия озадачились поведением Анжелы и в свою очередь предприняли попытку поговорить с ней по душам. Однако вместо общения с интересующей их дамой они насладились беседой сначала со мной, а затем с моим папочкой.

И вот теперь, собрав воедино все кусочки мозаики, мы так и не нашли ответ на самый главный вопрос: "Где же искать злополучную блондинку?"

подозрительный господин Туровцев был назначен вице-президентом с тем расчетом, чтобы при малейшем наезде правоохранительных или налоговых органов сделать из него козла отпущения. Разумеется, и супруг вместе они составляют прекрасный криминальный дуэт. Более того, его идеи позволили значительно расширить сферу деятельности синдиката. Впрочем, тут надо оговориться, что предприимчивая Анжела, общаясь с "коллегами по бизнесу", умалчивала об истинном авторе, коллекционеру, имевшему российское происхождение и весьма криминальное прошлое. Больше того, сама Анжела прекрасно знала, что продается состаренный новодел, в то время как коллеги были уверены, что реализуют действительно антикварную вещь. Константин тоже был несколько удивлен, ибо представления не должен был в первую очередь оказаться муж, а дальнейшее вдумчивое изучение его персоны непременно должно было вывести следствие на финансовые неувязки в делах "Эдельвейса". Тем самым одним ударом Анжела избавлялась и от шантажиста-любовника, и от мужа, оставив при себе все финансы. Скорее всего, так бы Однако вместо общений с интересующей их дамой они насладились беседой сначала со мной, а затем с моим папочкой.

И вот теперь, собрав воедино все кусочки мозаики, мы так и не нашли ответ на самый главный вопрос: "Где же искать злополучную блондинку?"

Забыть бы первую любовь

Здравствуй, "Друг дома"!

Всегда читаю письма ваших читателей и вот - решила тоже рассказать про то, что со мной случилось. Говорят, что первая любовь не забывается. А мне эта самая первая любовь вышла боком. Вот уж точно никогда не забуду! Но обо всем по порядку. Мне сейчас тридцать пять лет, живу я в небольшом городке, куда переехала недавно вместе с мужем, он у меня военный. Живем мы хорошо, дружно и вместе почти уже десять лет. И вот однажды (муж был на службе) в моей квартире раздался звонок. Я открыла дверь и увидела своего бывшего одноклассника Володю, свою первую любовь. Я удивилась: как он меня нашел? Ведь мы с мужем постоянно переезжали, меняли адреса. Конечно, я сначала обрадовалась, накормила его, угостила чаем. А он мне говорит, что искал меня несколько лет, и это было нелегко. Шел буквально по цепочке - по общим знакомым, по местам работы, по родственникам. Оказывается, все это время он любил меня и никак не мог забыть. Он тоже в свое время женился. И все эти годы жил с женой, а помнил только обо мне. Но не верил, что мы увидимся. И вот, когда он узнал мой адрес, все рассказал своей жене. Она долго плакала, а потом и говорит ему: если ты ее так сильно любишь, то должен быть рядом с ней, я отпускаю тебя, поезжай к ней, и будьте счастливы. И он развелся с женой, приехал, и теперь мы должны быть вместе.

Услышав все это, я даже оторопела от неожиданности. А потом возмутилась - как же так, а меня кто-нибудь спросил? А я, между прочим, люблю своего мужа и уезжать от него не собираюсь! Я так и сказала об этом Володе. Он сначала разозлился, потом плакал и умолял, говорил, что из-за меня разрушил свою семью и что любит меня больше жизни. Но я все-таки буквально вытолкала его за дверь, ведь мой муж должен был вернуться с работы! Володя уехал, с тех пор прошло три месяца, но он звонит мне почти каждый день, клянется в любви и зовет замуж. Он довел меня почти до белого каления, и я не знаю, как от него отвязаться, и очень боюсь, что об этом узнает мой супруг. Я стала нервной, раздражительной, вздрагиваю от каждого телефонного звонка. Вот тебе и первая любовь...

Анна К.
Пензенская область.

Стильная штучка

Здравствуйте, уважаемая редакция!

Большое спасибо за вашу замечательную газету! С вашей помощью мне удалось сделать великолепную летнюю вещь. Живу я в общежитии, студенческой стипендии, понятно, ни на что не хватает. Хоть и стараюсь подрабатывать где возможно, но все равно денег не хватает. От родителей тоже особой помощи нет - живут в сельской местности, там с работой не очень, а кроме меня еще две младшие сестренки. К тому же так повелось, что, когда я приезжаю, весь поселок сбегается на меня посмотреть, обсудить столичные наряды. Мама говорила, что за глаза меня теперь там "столичной штучкой" называют. Так что волей-неволей нужно держать фасон. Да и родным тоже подарки привезти надо. А у меня, как назло, сессия такая сложная была, что ни о какой подработке и речи быть не могло. И если на подарки я как-то денег наскребла, то сама без обновок осталась.

Выход из положения нашла моя подруга. Она посоветовала мне сделать себе летнюю сумку. Ее мама "Друг дома" давно выписывает. И вот в одном из номеров нашла схемы, как сумку холщовую крестиком вышить. Там фрукты такие прикольные! А работы всего на полчаса. Сумка получилась просто загляденье, и главное - к любому наряду подходит. Подружка посмотрела и тоже села себе такую шить.

Что и говорить, с новой сумкой дома я имела большой успех. Все тетки говорили, что, мол, сразу видно, столичная вещичка. Мне, конечно, очень приятно было такое слышать. Но через неделю я не выдержала и рассказала, что сама ее сделала. Так после этого меня еще больше зауважали. И спрашивают теперь, что за газета такая, а я им отвечаю: "Друг дома" называется. Теперь мама и все соседки, наверное, подпишутся на него. Если каждой оформлять - то очень дорого выходит, а одну на всех - в самый раз.

Наталья МОРОЗОВА.
Тверская область.

Исповедь ревнивца

Здравствуйте, уважаемая редакция!

Я не могу назвать себя большим поклонником вашей газеты, все же она женская. Вот мама моя ее много лет выписывает, читает с удовольствием. Все медицинские советы вырезает, приличная у нее подборка получилась. Матушка у меня пожилая, давно на пенсии, хворей много, а лекарствами она злоупотреблять не хочет. Вот старается травяными сборами лечиться. А в последнее время она с удовольствием письма читает, которые вам в газету пишут. И мне вслух зачитывает, чтобы я, по ее словам, хоть что-то в этой жизни понял.

А все дело в том, что я по собственной глупости семью разрушил. Из-за ревности. Эдакий Отелло доморощенный. Все не верил, что жена меня любит. Она намного моложе была, то на танцы бегала, то к подружкам в гости. А я... дома ждал и бесился.

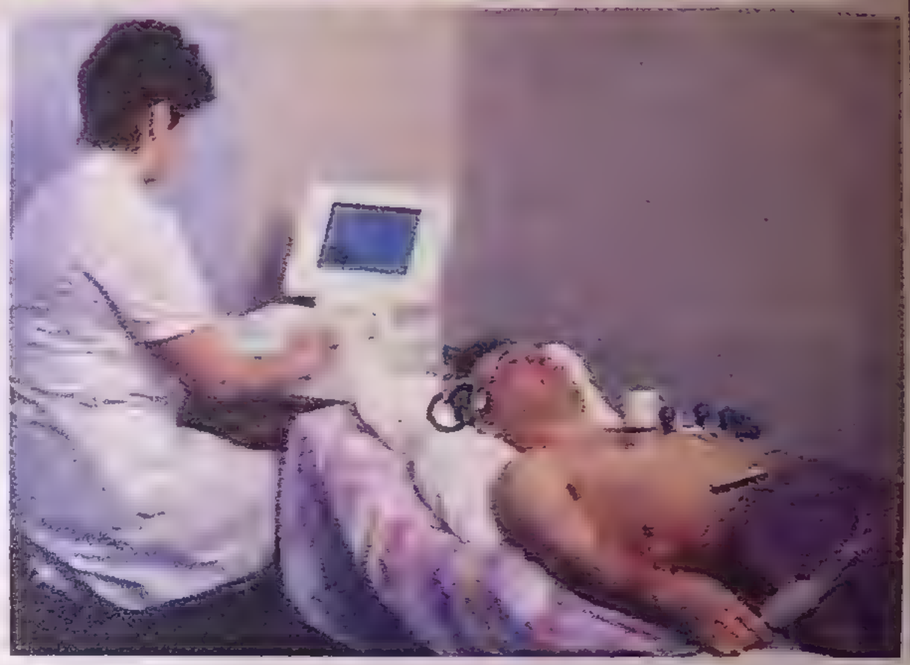
Она меня с собой зовет - я не иду. Думаю, зачем буду вечер портить? Она придет - я скандалить... Однажды не сдержался, ударил ее. Она и ушла. Раздругой возвращалась, пробовали мы сначала начать, но ничего не складывалось - видно, простить не могла. Так и разошлись.

Может быть, мое письмо кому-нибудь наукой послужит. Ревность еще никому ничего хорошего не приносила. Кто знает, если бы мне тогда какая-нибудь статья попалась или просто мудрый человек встретился, все иначе сложиться могло.

Сергей С. Киров

ПОРА ПРОВЕРИТЬ "МОТОР"

Сердце недаром называют мотором нашего организма. При сердечных недугах весь наш организм выходит из строя. А в каком состоянии ваше сердце? Выяснить это поможет предлагаемый нами тест.



1. 30 секунд делайте наклоны вперед, не сгибая колен, доставая кончиками пальцев до пола. Норма для мужчин до 45-50 лет - 20 раз, для женщин - 15 раз, для мужчин старше 50 лет - 12 раз, для женщин - 10 раз. Успели?

Да - 0, **нет** - 2.

2. Через пару минут после упражнения посчитайте пульс. Ваш результат меньше 100 ударов в минуту?

Да - 0, **нет** - 2.

3. Можете простоять минуту на одной ноге?

Да - 0, **нет** - 2.

4. Поднимитесь по лестнице на второй этаж. Посчитайте пульс. Количество сердечных ударов в минуту не должно превышать разницы между числом 180 и вашим возрастом. Уложились?

Да - 0, **нет** - 2.

5. Насколько можете, быстро походите по комнате. Остановитесь, посчитайте пульс. Он укладывается в разницу между числом 180 минус ваш возраст?

Да - 0, **нет** - 2.

А согласны ли вы вот с такими утверждениями?

6. Последние пару лет на здоровье не жалуюсь. Если и подхвачу простуду, то хвораю не дольше недели.

Да - 0, **трудно сказать** - 1, **нет** - 2.

7. У меня нормальная масса тела.

Да - 0, **не уверен** - 1, **нет** - 2.

8. Артериальное давление у меня в норме: в состоянии покоя не превышает 130(140)/80(90) мм ртутного столбика.

Да - 0, **не всегда** - 1, **нет** - 2

9. Сплю всегда крепко, не меньше 6 часов в сутки.

Да - 0, **не всегда** - 1, **нет** - 2.

10. У близких родственников не было инфарктов, заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Да - 0, **затрудняюсь ответить** - 1, **нет** - 2.

11. Не реже 3 раз в неделю занимаюсь спортом или активно двигаюсь.

Да - 0, **иногда** - 1, **нет** - 2.

12. Хотя бы пару раз в неделю ем свежие фрукты и овощи. Ограничиваю потребление жирного, сладкого.

Да - 0, **не всегда** - 1, **нет** - 2.

13. Не курю, пью не больше 2-3 чашек кофе в день, алкоголь - умеренно, не чаще раза в неделю.

Да - 0, **не всегда** - 1, **нет** - 2.

14. После тяжелого дня на работе вечером дома отдыхаю и расслабляюсь хотя бы часок.

Да - 0, **редко** - 1, **нет** - 2.

15. Стараюсь не конфликтовать, а если споры возникают, пытаюсь разрешить их сразу, а не затягивать.

Да - 0, **иногда** - 1, **нет** - 2.

16. При легком недомогании лечусь народными средствами, не прибегая к сильнодействующим препаратам.

Да - 0, **как придется** - 1, **нет** - 2.

От 0 до 10 баллов. Вы относитесь к здоровью бережно, и потому оно у вас в полном порядке. В обозримом будущем сердечные недуги вам не грозят.

От 11 до 19 баллов. Что-то вы не особо заботитесь о своем "пламенном моторе". И напрасно - "запчастей" к нему не продается. Так что побольше ходите пешком, старайтесь правильно питаться и, на всякий пожарный, сделайте ЭКГ.

От 20 баллов и выше. Скорее всего, ваши сердце и сосуды уже сейчас в опасности! Пока не случилось беды, срочно обращайтесь к кардиологу и пройдите полное обследование.

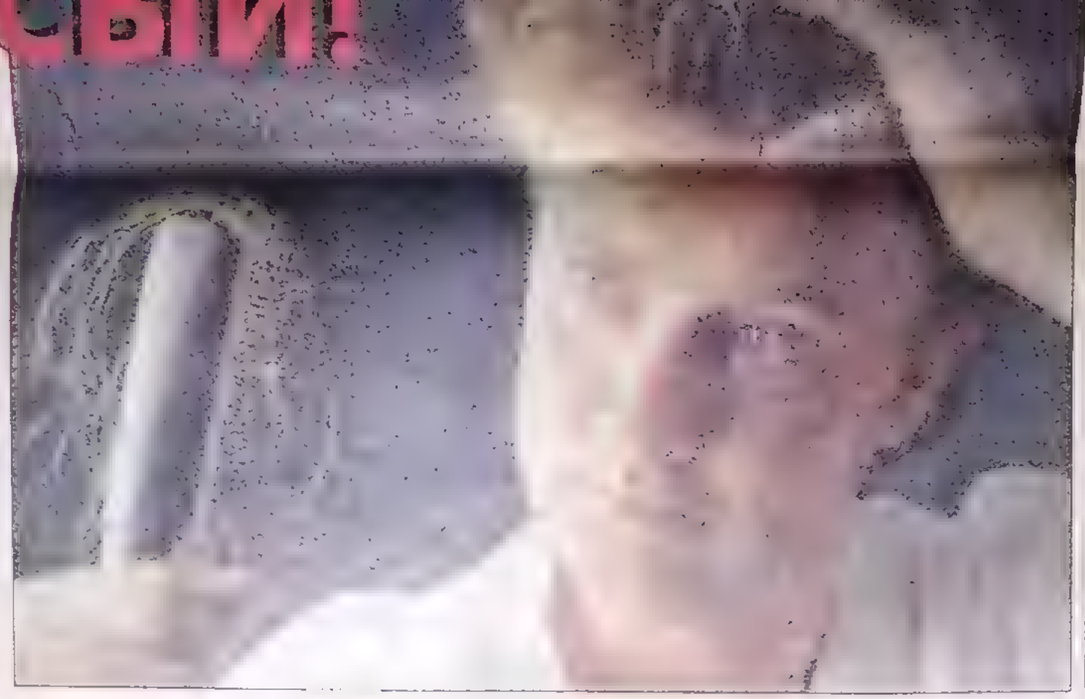
Сергей САФОНОВ.

ЭЙ, ЛЫСЫЙ!

Имеете склонность

Кому вредны домашние маринады

Эй, лысый!



Имеете склонность к облысению? Соблюдайте следующие правила.

Летом ходите без головного убора, защищайтесь от солнца или дождя зонтом. Зимой меховую шапку замените капюшоном или легкой шерстяной шапочкой.

Еженедельная баня или сауна хорошо очищает кожу, освобождает поры и фолликулы от сальных пробок, которые мешают растущим волосам.

Берегите голову от мороза, ветра, ледяной воды. Переохлаждение нарушает капиллярное кровообращение.

Спите 8 часов. Длительная бессонница, одержимость в работе, в том числе за компьютером, - это верный способ потерять свои волосы.

Выберите максимально плоскую подушку, а лучше спать вообще без нее. Подушку лучше подложить под ноги, чтобы они были выше головы. Делайте это хотя бы иногда.

Отдыхая, работая, а также занимаясь физкультурой, чаще меняйте положение тела. Стойте на голове, ходите на руках, занимайтесь акробатикой гимнастикой, прыгайте в высоту и на батуте, плавайте, ныряйте. Выберите то, что не вредит вашему здоровью и кошельку. Главное - процедуры выполнять регулярно.

Следите за кожей головы. Если она сухая или, наоборот, слишком жирная, часто образуется перхоть, приготовьтесь к тому, что через несколько лет вы облысеете. Нужно помнить и о том, что образование перхоти часто вызывает кожный грибок-паразит. Для его устранения обязательно обратитесь к врачу, чтобы он назначил нужные лекарства.

домашние маринады

Увы, **гипертоникам** придется забыть про солененькие огурчики-помидорчики. Если вы не в состоянии этого сделать, чтобы потом не жаловались, помните: избыток соли усугубляет течение вашей болезни.

Желудок **язвенников** и **гастритчиков** не выносит никаких острых пикантных салатов и маринованного перца. Ну, без салатов можно еще как-то обойтись, не унывая, а вот что касается красного болгарского перца... Мы лично не представляем, как без такой вкуснятины можно прожить зиму и особенно раннюю весну! Наперед просите дражайшую половину консервировать перец - в томатном соке. Как говорится, если нельзя, но очень хочется, немножко можно.

Тем, у кого время от времени **печень шалит**, лучше избегать закусок, обильно сдобренных чесноком.

Страдающие **мочекаменной болезнью** должны отказать себе в закусках из баклажанов, особенно приправленных луком или чесноком.

Всем вообще, а не только тем, кто страдает **остеохондрозом**, нужно иметь в виду, что "закрывать" на зиму щавель незачем - он способствует отложению солей.

Ирина СТАНИСЛАВОВА.

Лечите ногти творогом

Красивые и ухоженные ногти - не только украшение рук. Они еще и диагностический дисплей, который показывает, какие неполадки имеются в вашем организме.

Например, если ваши ногти потемнели, значит, вам надо ограничить курение или вообще отказаться от табака. Но не только. На пигментацию ногтей влияет и состояние желчного пузыря.

Когда на ногтях появляются бороздки, это признак авитаминоза. Стало быть, надо срочно обзаводиться поливитаминными комплексами. Бороздки могут также свидетельствовать о неполадках в желудочно-кишечном тракте, так что и визит к гастроэнтерологу будет не лишним.

Еще один распространенный сигнал на ногтях - белые пятнышки. Обычно они появляются в подростковом возрасте, когда в организме происходит так называемый гормональный бум. Но могут они возникнуть и позже. Если эти белые крапинки сочетаются с ломкостью ногтей, значит, организму не хватает кальция. Причем в любом возрасте. Здесь, конечно, помогут продающиеся в аптеках кальциевые препараты. Но есть еще более эффективное и более доступное лекарство - творог. Это вам любой врач подтвердит.

Только не надо ждать появления всех этих ногтевых симптомов. Следует просто взять за правило, чтобы творог всегда присутствовал на вашем столе.

Татьяна ГУРЬЕВА.
По материалам Союза "Экология здоровья".

Здоровье, любовь, удача и магия в наших книгах!

К

Наименование книги	Цена	Кол-во	Итого
Календарь снов, гаданий и примет на 2006 г.	50 руб.		
Правдина Н. Я привлекаю деньги	50 руб.		
Правдина Н. Я привлекаю успех	50 руб.		
Семенова А. Вампиры и доноры вашего дома: секреты энергетической защиты	40 руб.		
Семенова А. Дыхание нашего дома: магия ароматов и ваша судьба	40 руб.		
Правдина Н. Календарь удачи на 2006 г.	60 руб.		
Стоимость почтовых услуг			99 руб.
Общая сумма к оплате			

Вырежьте купон и вышлите в конверте по адресу: 127030, Москва, Селезневская ул., д. 11а, стр. 2.
ООО "Гавань красоты и здоровья" - мы отправим Вам книги наложенным платежом.
Справки по телефонам: 741-65-27, 517-39-78.

ВСЕ ВНИМАНИЕ НА РУКИ

Чтобы кожа рук долго оставалась нежной и эластичной, есть только один способ - тщательный и постоянный уход за ней. И лениться здесь не стоит. Дело в том, что именно руки выдают истинный возраст человека.

Самый ощутимый вред наносит "химия", которую мы используем для мытья посуды, пола, окон. На втором месте - садово-огородные работы. Ведь, к сожалению, многие из нас не пользуются в это время резиновыми перчатками. А сухой воздух отопительных систем? Глубоко заблуждается тот, кто думает, что это бальзам для рук.

Вот некоторые элементарные правила, соблюдение которых поможет избежать преждевременного старения кожи рук.

Мойте руки водой комнатной температуры: холодная сушит кожу, а горячая ее обезжиривает.

Используйте туалетное мыло с уровнем кислотности pH 5,5, а еще лучше - обогащенное увлажняющими добавками жидкое средство для мытья рук.

После каждого мытья вытирайте руки насухо.

Стирка, уборка и прочие "грязные" работы немыслимы без резиновых перчаток. Хотите подмести дорожку в саду, сжечь сухие ветки, окопать цветы? Не поленитесь надеть хлопчатобумажные рукавицы.

Не забывайте про эффективный крем для рук. У этой процедуры не должно быть ни отпусков, ни выходных. Крем применяйте минимум два раза в день, а лучше балуйте им руки при каждом соприкосновении с водой.

Здоровье и внешний вид кожи зависят от погоды. При сухой, переменчивой, ветреной руки краснеют, кожа на них грубеет, образуются трещины. Чтобы разгладить и успокоить кожу, ваш повседневный крем или гель для рук должен быть увлажняющим и тонизирующим. Такие средства, как правило, содержат сложные комбинации биологически активных субстанций: растительные экстракты (ромашка, алоэ), увлажняющие масла (авокадо, какао, масло чайного дерева), витамины, глицерин, жировые компоненты. Парафины или масла (частично силиконы), которые защищают от вредного воздействия окружающей среды, в современных средствах обычно представлены в форме ланолина, близкого по своей структуре к кожному покрову.

Тыльная сторона ладоней практически не имеет сальных желез, поэтому при нормальном состоянии рук можно смело выбирать (особенно в холодное время года) крем для сухой кожи - дополнительное питание и увлажнение пойдет на пользу. Чтобы предотвратить преждевременную пигментацию, для особо чувствительной кожи и после 30 лет круглый год используйте кремы с УФ-фильтрами.. Каждый раз при нанесении крема не поленитесь заняться самомассажем. Начинайте с внешней стороны рук. Круговыми движениями потрите их друг о друга. Затем помассируйте по отдельности пальцы от кончиков к ладони так, как будто надеваете перчатки. Сделали? Очередь за ладонями и запястьями. Вы поддержите эластичность и подвижность суставов, а кожа получит дополнительные питательные вещества. Немаловажно и другое: поверхность ладони сплошь покрыта акупунктурными точками. Воздействие на них благотворно сказывается на состоянии нервной системы и кровообращении.

Несмотря на все ваши усилия, руки остаются шершавыми? Попробуйте старый добрый способ: перед сном намажьте их толстым слоем жирного питательного крема, наденьте хлопчатобумажные перчатки и оставьте до утра.

Не забывайте про пилинг. Делайте его не реже 1-2 раз в неделю с помощью специального скраба для рук. Входящие в него гранулы, в частности, из скорлупы ореха, поверхностно-активные вещества, глицерин и увлажняющие добавки эффективно удаляют отмершие клетки кожи, очищают ее от пота и загрязнений. Особенно эффективен пилинг после теплых компрессов.

Увы, мы совершенно не ухаживаем за локтями, даже когда кожа на них становится грубой, чешуйчатой, потрескавшейся. Сделать ее мягкой совсем нетрудно. Призовите на помощь пилинг для тела. Делать его лучше после 10-15 минут теплой ванночки с добавлением пищевой соды и жидкого мыла. Не забудьте затем смазать локти питательным кремом. Проблем с локтями не будет, если вы регулярно будете втирать в них кремы, *содержащие фруктовые кислоты.*

Вы решили сфотографироваться. Конечно, хочется, чтобы снимки получились по качеству не хуже, чем в газетах или журналах. Вот несколько советов, как раскрепоститься перед камерой, стать более фотогеничной.

Фотограф щелкает - и вы великолепны

Надевайте только самые любимые вещи, в них вы будете чувствовать себя комфортно и перестанете беспокоиться, что наряд плохо сидит.

Загар, искусственный или настоящий, придаст уверенности и неотразимости. Чтобы снимки получились удачными, необходимо тщательно подойти к выбору косметики. Для знойного, солнечного образа выберите макияж "Брызги шампанского". Вместо тонального крема нанесите на скулы немного рассыпчатых золотистых теней. Их же используйте и для век, причем наносить тени следует и на подбровное пространство. Для ресниц выберите прозрачный гель с золотыми частичками. Губы достаточно накрасить прозрачным увлажняющим блеском.

Хотите выглядеть необычно? Тогда макияж "Зов джунглей" для вас! Плотный слой салатовых теней нанесите под бровь, а перламутровые тени светло-зеленого цвета по подвижному веку и под нижними ресницами. Ресницы накрасьте тушью цвета изумруда. На губы сначала нанесите отшелушивающий гель. Затем увлажняющий и питательный крем. Нанесите кисточкой розовую помаду от середины верхней губы к уголкам.

Важен маникюр. В моде коротко стриженные ногти, накрашенные яркими лаками теплых оттенков. Не забывайте и о французском маникюре, который считается безусловным составляющим элементом элегантной и ухоженной женщины. Для создания такого маникюра используется всего два лака: прозрачный натуральный оттенок для окрашивания всей ногтевой пластины и белый для проработки кромки ногтя.

Что касается прически, обязательно зафиксируйте ее лаком, иначе ветер может растрепать волосы.

Выберитесь на улицу, естественное освещение выгодно подчеркнет вашу индивидуальность. Например, можно позировать на фоне залитой солнцем стены какого-нибудь интересного здания. Потренируйтесь дома перед зеркалом - поза, улыбка, взгляд.

Не забудьте, что фотографировать нужно так, чтобы тот, кого снимают, стоял в фокусе по центру. Представьте себя фотомоделью, увидите, все получится.

Подготовила Мария ДЕБАБОВА.

Пояс "Вулкан" -

Медный браслет, дарящий здоровье

"Жирея"

...как будто надеваете перчатки. Сделали? Очередь

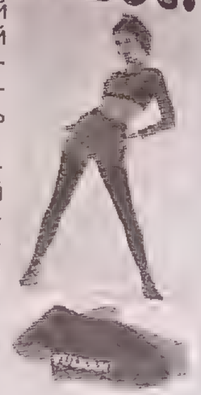
...будет, если вы регулярно будете втирать в них кремы, содержащие фруктовые кислоты.

...да. На губы сначала нанесите отшелушивающий гель. Затем увлажняющий и питательный крем. Нанесите кисточкой розовую по-

...лью, увидите, все ...

Подготовила
Мария ДЕБАБОВА.

Пояс "Вулкан" - сожги лишний вес!



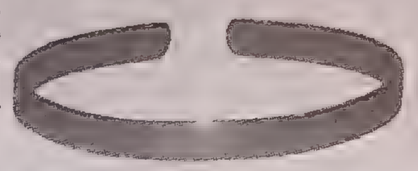
- Позаботьтесь о своей фигуре. Вы уменьшите свой вес без усилий и диет, исправите вашу фигуру в области живота и бедер и вновь обретете тонкую талию!
- Имеет уникальный трехслойный состав. Внешний слой - износостойкий нейлон, промежуточный - неопрен в виде растянутых ячеек каучука, придающих поясу необычайную гибкость, внутренний - термосель, осуществляющий микромассаж кожи.
- Эти три компонента обеспечивают отличную теплоизоляцию, осуществляют массаж, при этом обеспечивается прохождение воздушного потока для устранения избытка пота.
- Воздействует теплом не только во время активных движений, но и в состоянии покоя. Сжигает подкожную жировую прослойку, целлюлит.
- Придает упругость мышцам живота и таза.
- Можно надевать прямо на кожу, не вызывает раздражения и зуда.
- Допускается использование совместно с антицеллюлитным кремом "АРТЕМИДА".
- Рекомендуется при занятиях спортом, увеличивает эффективность физических упражнений.
- Применяется как средство для прогрева поясницы, что снимает боли при радикулите, остеохондрозе, мочекаменной болезни, воспалительных процессах в организме.
- Не имеет противопоказаний, не оказывает никакого вреда здоровью. Подходит и мужчинам и женщинам.
- Срок годности не ограничен.
- **ВНИМАНИЕ!** Рассчитан на обхват талии до 110 см. При большем размере возможно использование двух поясов. Ширина - 20 см.

Пояс "ВУЛКАН": 300 руб. + 8% почтовая доставка.
Крем "АРТЕМИДА": 190 руб. + 8% почтовая доставка.

НОВИНКА! Предлагаем приобрести анти-[illegible] шортики "АРТЕМИДА-ЛЮКС" [illegible] эффектом (120 ден). Укажите [illegible] от 42-го до 58-го.

Цена: 560 руб. + 8% почтовая доставка.

Медный браслет, дарящий здоровье



В Древнем Египте по настоянию целителей фараоны и их приближенные носили на руках медные браслеты. Считалось, что это магические талисманы, оберегающие сильных мира сего от большинства недугов. И египтяне были правы. Медь - это тот элемент, без которого человек не в состоянии жить как в буквальном, так и переносном смысле.

Сейчас много говорят и пишут о целебных свойствах металлов - серебра, железа, циркония. Вместе с тем почти никто не вспоминает о том, какой из металлов является самым важным для состояния здоровья. Наука же говорит о том, что это - медь.

Каждый человек в детстве испытал на себе лечебные свойства этого металла. Всем нам случалось к ушибам и шишкам прикладывать медный пятак, и синяка не образовывалось вовсе. Из медицинской статистики известны такие факты: во время холерных эпидемий страшный недуг словно обходил стороной рабочих меднолитейных заводов, шахтеры, работающие на добыче этого металла, реже других людей умирают от рака. Ученым удалось найти этому простое объяснение - медь способна убивать микробов и повышать иммунитет организма.

В сутки человеку требуется всего 3-4 мг меди, но существование без нее невозможно. Неправильное и нерегулярное питание, хронические заболевания желудочно-кишечного тракта. всевозможные виды диет, которыми так увлекаются желающие избавиться от лишнего веса, истощают запасы меди в организме. Поэтому у большинства современных людей наблюдается острая нехватка меди в организме. В результате - пониженный гемоглобин, аритмия, ишемическая болезнь сердца, диабет, нервные и психические расстройства, снижение сопротивляемости организма к различным инфекциям, головные боли, быстрая утомляемость, плохое настроение и другие недуги. Недостаток меди приводит к деструкции кровеносных сосудов, заболеванию костной системы, возникновению опухолевых заболеваний. Удаление меди из соединительной ткани вызывает "красную волчанку". Научные исследования показали, что медь необходима для образования гемоглобина, поскольку она активизирует железо, которое накапливается в печени. Кроме этого, медь стимулирует кроветворную функцию костного мозга; необходима для правильного обмена витаминов групп А, В, С, Е, Р; обладает инсулиноподобным действием и влияет на энергообмен.

Мнение ученых однозначно - компенсировать нехватку этого металла в организме нужно. Проще всего это сделать тем способом, который был известен еще египетским целителям - носить на руке медный браслет. Современная наука подтверждает их высокую эффективность, поэтому в наше время медные браслеты вновь приобретают огромную популярность.

ПОКАЗАНИЯ К НОШЕНИЮ МЕДНОГО БРАСЛЕТА НА ПРАВОЙ РУКЕ:

(воздействие на центральную нервную систему)

Головная боль, бессонница, депрессия, физическая и умственная усталость, пониженное артериальное давление, сахарный диабет, туберкулез, сексуальные расстройства, бронхиальная астма, артрит и артроз суставов.

ПОКАЗАНИЯ К НОШЕНИЮ МЕДНОГО БРАСЛЕТА НА ЛЕВОЙ РУКЕ:

(воздействие на сердечно-сосудистую систему)

Повышенное артериальное давление (гипертония), ишемическая болезнь сердца с приступами стенокардии, тахикардия, сердечная недостаточность, геморрой, артрит и артроз суставов.

Завод-изготовитель выпускает медные браслеты 4 размеров (№ 1, 2, 3, 4).

№ 1: На узкую руку. Обхват запястья 14-16 см.

№ 2: На среднюю руку. Обхват запястья 16,5-18 см.

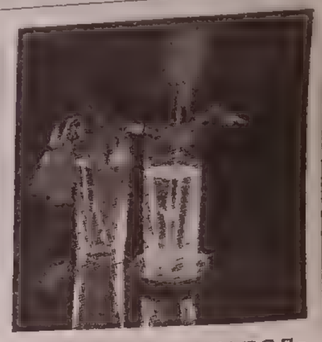
№ 3: На широкую и полную руку. Обхват запястья 18,5-21см.

№ 4: На очень широкую руку. Обхват запястья 21,5-23,5см.

Наружная поверхность медного браслета покрыта чистым серебром, поэтому браслет выглядит, как ювелирное украшение. Лечебный эффект достигается за счет контакта внутренней медной поверхности браслета с кожей руки в области запястья.

Цена: 380 руб. + 8% почтовая доставка

"Живая" вода - для всех!



- Недавно я неделю жила в гостях у родственников в Ярославле. Они не пьют обычную воду. Только "омагниченную", или, как они говорят, "живую". Обрабатывают простую воду каким-то устройством, и она приобретает лечебные свойства. Я после этого целый месяц так замечательно себя чувствовала! Хотелось бы узнать подробнее об "омагниченной" воде.

Лидия Николаевна, г. Самара

- "Омагниченная" или "живая вода" - это не вымысел! Российскими учеными разработан доступный каждому прибор: подставка для "омагничивания" жидкостей "ЖИВАЯ ВОДА". С помощью нее любая жидкость за несколько минут приобретает новые лечебные свойства. Употребление в пищу "омагниченной" воды способствует: выводу шлаков и нормализации обмена веществ в организме, снижению количества холестерина в крови, улучшению работы сердечно-сосудистой системы, нормализации артериального давления, выводу песка и мелких камней из почек, улучшению сна. Регулярное полоскание "омагниченной" водой полости рта помогает: удалить зубные камни, вылечить парадонтоз, очистить зубную эмаль от мягкого налёта, устранить кровоточивость десен. Обычные лекарства и микстуры, обработанные таким устройством, многократно усиливают свое действие!

"Омагниченные" жидкости полезны не только людям, но и растениям. "Живая вода" ускоряет прорастание семян, делает рассаду более устойчивой к заболеваниям, повышает урожайность овощных культур, ускоряет рост комнатных растений и делает их очень красивыми.

Цена: 280 рублей + 8% почтовый сбор

ВНИМАНИЕ! *Только у нас льготы для пенсионеров и инвалидов. Пришлите нам копию удостоверения или сообщите номер документа, и вы получите подставку "ЖИВАЯ ВОДА" по цене 240 рублей!*

Код ОКП 946465. Обязательной сертификации не...

Уважаемые заказчики! Все эти товары вы можете приобрести в пределах России по почте наложенным платежом. Для этого вам необходимо отправить заказ на наш адрес, лучше почтовой карточкой или письмом. В заказе необходимо указать Ваш адрес, ФИО, наименование, количество изделий и номер браслета. Срок выполнения заказа - 1 месяц.

Адрес для заказов: 150002, Ярославль, а/я 11, "Домашний доктор".

Звоните: тел./факс (0852) 27-67-24 (кроме выходных) E-mail: homedoctor@narod.ru

... 862827 РОСС RU.ЛТ34 В02141, Код ОКП 815122

КАК ВЕРНУТЬ МУЖА

- Мы с моим мужем Толей прожили вместе почти семь лет, - рассказывает Ольга. - Замуж я вышла по большой любви - были и красивые ухаживания, и романтика... В то время я была уверена - ничто не сможет разлучить нас, мы просто идеально подходим друг другу, мы действительно словно две половинки, которые нашли друг друга. Жили нормально, практически не ссорились, конечно, разногласия бывали, но нам както удавалось договариваться и решать возникшие проблемы. Беда пришла внезапно, оттуда, откуда я не ожидала.

Был у моего мужа школьный друг Юрик. И этот самый Юрик активно увлекался фотографией: участвовал в каких-то выставках и конкурсах и практически никогда не расставался с фотоаппаратом. А если он приходил к нам в гости, то приносил кучу новых фотографий, которые сделал за последнее время. И как-то так потихоньку-полегоньку он сумел повлиять на моего Толю, и тот однажды купил себе фотоаппарат.

Сначала я радовалась его увлечению - муж ходил довольный, глаза горели. Да и мы с ним чаще стали выезжать за город, ходить на прогулки, ведь теперь у него было занятие - фотография. Иногда, если я была занята, они ездили фотографировать вдвоем с Юрой, но я не видела в этом ничего плохого. Со временем их отлучки становились все чаще и длительнее, но я была словно слепая. Нет, конечно, я видела, что Толя изменился, даже помолодел как-то, но была уверена - это из-за нового интереса, из-за нового увлечения. Только вот выяснилось, что увлечение оказалось совсем другим. Просветила меня Юрина жена - она случайно увидела у мужа Толину пленку, где были фотографии молодой девушки, "такая, знаешь, черненькая, улыбается все время", а на некоторых снимках мой дорогой супруг нежно обнимал эту девушку. Естественно, что в тот же вечер я устроила мужу допрос с пристрастием. А он и не стал ничего отрицать. Сказал, что действительно встретил девушку своей мечты и влюбился в нее до беспамятства, и раз уж все открылось - он уходит к ней, потому что жизнь со мной его больше не устраивает. Я, конечно, не сдержалась и наговорила ему гадостей: что он предатель и подлец, что он разрушил дом, который мы строили годами, и что я ему желаю, чтобы его молоденькая стервочка поступила с ним точно так же, как и он со мной. Я продолжала клясть его на чем свет стоит, а Толя тихонько пробрался к двери, схватил куртку и ушел в одних тапочках. А я села и заплакала. Господи, ну почему я не пресекла на корню его дурацкое увлечение фотографией? Ведь если бы не это, он никогда бы не познакомился с этой девицей, и у нас все было бы нормально! И я решила бороться за свое счастье.

Буквально на следующий день начала действовать. Я подкараулила мужа после работы и выследила адрес разлучницы. А на следующее утро заявилась к ней в дом и устроила грандиозную сцену, обвиняя ее в разрушении семьи. Я потребовала, чтобы она отказалась от моего Толи, обещая ей в противном случае устроить сладкую жизнь. На этом я не остановилась и обзвонила всех родственников Толи и наших общих знакомых, нажаловалась им на вероломство супруга и просила повлиять на него, заставить вернуться в семью. Время шло, но от Толи не было ни слуху ни духу. Тогда я решилась на крайние меры - я пошла на прием к Толиному начальнику и там, плача и рыдая, просила его повлиять на мужа, разрушившего семью. Он, казалось, был в недоумении, но обещал поговорить и как-то повлиять на своего сотрудника. Выходя из его кабинета, я заметила заинтересованный взгляд секретарши и поняла, что она все слышала и точно доложит всему коллективу о подлости Толи.

В тот же вечер он позвонил мне. Но разговора у нас не получилось. Он зло сказал мне, чтобы я прекратила третировать его и окружающих, что он даже не подозревал, что я способна на такие гадости. Естественно, я ему ответила подобающим образом! С тех пор прошло почти три месяца, а Толя как сквозь землю провалился. Не звонит, не приходит за вещами. Я пробовала звонить ему на работу, но он передал мне через коллегу, что не хочет говорить со мной. И тут я задумалась - а правильно ли я делаю? Может, в этом случае борьба просто бессмысленна или я действую каким-то не тем способом? Я уже совсем отчаялась, ведь я до сих пор люблю своего мужа и хочу, чтобы он вернулся. Что же мне делать, как вернуть моего любимого?..

К сожалению, методы, которые использовала Ольга в борьбе за своего супруга, лишь еще больше обострили их отношения. Но, увы, многие женщины считают, что таким вот образом можно действительно воздействовать на неверного супруга. На самом деле действовать нужно с точностью до наоборот. Прежде всего не допускать никаких негативных выходок: не обвинять, не устраивать сцен, не выслеживать, не натравливать на супруга родных или начальство. Конечно, иногда трудно от этого удержаться, но тогда нужно задать себе простой вопрос: а что я хочу на самом деле - вернуть мужа или отомстить обидчику и полностью разрушить то, что было? А дальше нужно действовать по принципу "худой мир лучше доброй ссоры". И постараться при последующих контактах с мужем (даже если он пришел забрать свои любимые тапочки) быть максимально дружелюбной и приветливой. Здесь важно, чтобы мужчина почувствовал - его не ненавидят, а, наоборот, ему рады и хотят его видеть. Если муж не звонит и не приходит - позвоните сами, придумайте повод: где лежит отвертка, как починить кран, можно ли дать его новый телефон соседу с третьего этажа, которому что-то понадобилось, и т.д. В общем, нужно действовать немного парадоксальным образом. *И если неверный пришел навестить детей, лучше сделать встречу приятной: приготовить его любимое блюдо, напоить чаем. Если он поначалу будет отказываться, не расстраивайтесь - на третий, на четвертый раз обязательно согласится, он ведь явно чувствует себя виноватым и заинтересован в "худом мире". Кстати, совместные чаепития помогут вам понемногу начать разговор, завязать контакты, у вас будут появляться общие темы для обсуждения, общие интересы. Ваша цель - постепенно перейти к доверительным разговорам с мужем о том, как вы оцениваете свой вклад в то, что случилось, в чем есть частица вашей вины. Говорите только о себе и не обвиняйте супруга, со временем он сделает это сам. И обязательно нужно рассказать о своих чувствах - о боли, одиночестве, тоске. Скажите и о том, что очень хотите возобновить отношения, выстроить их по-новому, с учетом прошлых ошибок. И ни в коем случае не требуйте от мужа немедленного принятия решений. Не ставьте никаких условий и сроков. Наоборот, дайте понять, что готовы ждать столько, сколько нужно, как угодно долго. Конечно, вам придется набраться терпения. Но, как говорится, вода камень точит. И как показывает практика, при таком подходе очень многие мужья через какое-то время с удовольствием возвращаются к своим женам.*

Алла ПОВОЛЯЕВА, психолог.

теперь у него было занятие - фотография. Иногда, если я была занята, они ездили пофо-

нормально! И я решила бороться за свое счастье.

мной. И тут я задумалась

КТО ХОДИТ В ГОСТИ С ДЕТВОРОЙ...

Это спорный вопрос, насколько мудро поступают родители, отправляясь в гости вместе с отпрыском. Тем более когда ваше чадо будет единственным во взрослой компании. Но если другого выхода нет, то воспользуйтесь советами психолога Ольги ЛИТВИНОВОЙ, которые помогут вам хорошо провести время.

Накануне похода в гости побеседуйте с ребенком о том, что раз его взяли на взрослый праздник, значит, и вести он должен себя по-взрослому: не ныть, не скандалить, не мешать.

Напомните ему, что, оказавшись во взрослой компании, не стоит перебивать старших, да и вообще разглагольствовать за общим столом. Следует заранее оговорить, что темы разговоров в большинстве своем отнюдь не детские, поэтому в общем разговоре он участвовать не будет. Максимум внесет свою лепту в обсуждение того или иного события или поездки, в которой принимало участие большинство присутствующих, но не более. Ребенок должен четко понять, что дискутировать по поводу новой книги о Гарри Поттере никто не намерен.

В этой связи целесообразно взять с собой какие-нибудь игрушки, раскраски или альбом с цветными карандашами, книжку, кассету с мультиком, чтобы ребенку было чем заняться.

Очень часто гости, особенно пожилые люди, просят детей прочесть какое-нибудь стихотворение, нарисовать что-нибудь им на память. Не лишним будет повторить какое-либо из выученных произведений, чтобы "не ударить в грязь лицом", вспомнить, какие рисунки удаются лучше всего.

Понятно, что для единственного малолетнего гостя специальный детский стол устраивать не будут. Поэтому ребенку хотя бы первые полчаса придется поучаствовать в общем застолье. И совершенно недопустимо, чтобы он устраивал "гастрономические шоу" - это я не ем, это не люблю, это не хочу, и вообще дайте борщ, как варит мама.

В ряде случаев имеет смысл накормить чадо дома, а в гостях дать ему возможность довольствоваться фруктами и десертами.

Но вот если у вашего малыша есть ограничения в питании: мороженое нельзя, потому что горло слабое, апельсины и шоколад - из-за аллергии, а рыбу он просто не любит, заранее предупредите об этом хозяев.

Сразу же после того как ребенок покушает, предложите ему покинуть застолье и заняться своими делами (вот тут-то и пригодятся привезенные из дома игрушки). В крайнем случае пусть он тихонечко посмотрит телевизор или поиграет на компьютере.

Кстати, дети очень ценят такое "взрослое" обращение и стараются вести себя соответственно.

Если же помимо вашего ребенка будут другие дети примерно того же возраста, считайте, что вам крупно повезло. Как правило, в таких случаях выделяют отдельную комнату, где устраиваются "детский стол" и развлечения. Обычно ребята довольно быстро знакомятся и с удовольствием проводят время, особо не досаждая старшим.

Поэтому не следует каждые 15 минут бегать в детскую, дабы убедиться, что все в порядке. Точно так же не нужно каждые 10 минут звать ребенка к общему столу, чтобы выяснить, не желает ли он попробовать салатик, скушать колбаски или попить чайку. Спокойно отдыхайте, общайтесь с друзьями и оставьте чадо в покое.

Впрочем, довольно часто возникает ситуация, когда друзья или родственники собираются в вашем доме. Поэтому ребенку очень важно научиться правильно вести себя и в этой ситуации. Он должен чувствовать себя хозяином, правда, маленьким.

Например, накануне перед приходом гостей попросите его помочь вам с уборкой или с приготовлением чего-нибудь вкусненького. Большинство дошкольников, независимо от пола, очень любят вытирать пыль или раскатывать тесто. Обязательно привлеките чадо к сервировке стола - даже если он разобьет тарелку или фужер, ничего страшного не произойдет. Попросите малыша сделать небольшие сувениры или памятные рисунки для каждого из гостей. Благодаря этому у ребенка сложится впечатление, что он тоже причастен к взрослому празднику.

Если гости приходят с детьми, то помимо "маленького" стола вам нужно продумать, чем и как занять ребятишек. Вместе со своим отпрыском придумайте какие-нибудь конкурсы, викторины, отберите мультфильмы, подготовьте карандаши и бумагу для рисования. Обсуждая "детскую программу", старайтесь чередовать шумные и спокойные игры. Объясните ребенку, что вы принимаете взрослых, а он - маленьких гостей.

Если ваши друзья пришли без детей, то ребенку нужно поздороваться, вручить приготовленные сувениры и, посидев немного за общим столом, удалиться в свою комнату, не досаждая взрослым.

Кроме того, родители не должны позволять ребенку капризничать "на публику", всячески привлекая к себе внимание. Ни в коем случае не поддавайтесь на провокацию, не оставляйте гостей, чтобы приготовить деточке новый салатик и выполнить очередную прихоть. Уведите его из комнаты, где собрались гости, и без посторонних выясните все отношения.

Также не следует устраивать шоу под названием "самый-самый-самый ребенок". Ваше чадо может прочесть одно стихотворение, рассказать об успехах в учебе, но его персона не должна стать основной темой застольной беседы

СЕКРЕТ ДЛЯ ДВОИХ

ЛЕТНИЕ СТРАСТИ

Я никогда не считала себя сексуальной, но как лето, так хочу мужчину - и все тут. А поскольку я лето провожу с детьми на даче, а муж в городе, то все очень проблематично... А как возвращаемся домой, так все постепенно успокаивается. То ли мне лето утихомиривать, то ли зиму более активной сделать. А что лучше?

Надя. г. Челябинск.

Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

Казалось бы, простое дело: как лето, так хочется больше, а как зима - так меньше. Естественные колебания, медведь вообще зиму спит... Но не все так просто.

Вероятно, на вас воздействуют два фактора: время года, когда оживает природа и организм начинает жить на всю катушку, и оторванность от мужа, отсутствие обычного ритма близости (который вы как бы не замечаете, живя дома. Ну, как не замечаем наличия воздуха для дыхания, пока воздуха не становится слишком мало). А возможно, еще и невроз ожидания проявляется.

С летом как таковым все ясно: тепло, светло, на даче свежий воздух, овощи-фрукты, свежее молочко и т.п. Конечно, сил становится больше, а дети, вероятно, не отбирают их целиком. Вот и вливается желание капля за каплей в тело, будоража фантазию и делая сны жар- [illegible] зиме с ее [illegible] днем, с не- [illegible] и физичес- [illegible] постоянным

Например, два-три раза в неделю. Обычно в супружеских парах есть негласное (или даже объявленное) расписание типа понедельник - среда - суббота. И к нему так же привыкают и так же начинают готовиться заранее, как к завтраку - обеду - ужину.

И даже если обычный ритм порой вызывает некоторое недовольство, все равно без него ощущается некая пустота, недоделанность. Это ощущение может нарастать, приводя к дискомфорту не только психологическому (я что-то упускаю), но и физическому (гормоны продолжают будоражить кровь, вызывать желание, которое, неотреагированное, растет и растет). И хотя почему-то считается, что женщины легче, чем мужчины, могут обходиться без секса, речь, скорее, идет об умении контролировать себя и не проявлять жгучего интереса к противоположному полу.

А летом и того нет, и чего-то не хватает, организм никак не хочет перестраиваться на столь долгое и, главное - вынужденное воздержание. Одно дело - когда сама не хочу, и совсем другое - хочу, но не получаю. Вот и нарастает недовольство. А с возвращением к привычному ритму оно постепенно перестает замечаться, все входит в обычную колею.

Наконец, есть еще третья возможность колебаний вашей сек- [illegible] зимой. Если

а потому неудач становится все больше. Постепенно такое положение переходит в невроз ожидания неудачи: женщина заранее уверена, что ничего не получится, а потому не слишком возбуждается во время прелюдии. Тем не менее желание как таковое все равно остается, но проявляет себя в не очень подходящих для секса ситуациях: во время месячных, при разлуке, при ночевке в гостях или у родственников и т.д.

Поэтому бывает так, что в разлуке с мужем женщина по-настоящему томится, постоянно возбуждена, поскольку ее подсознание уверено: секса, а значит, и неудачи не будет. Но как только создаются благоприятные для близости условия, привычное неверие в удачу тут же снижает сексуальность женщины до привычного нуля. Конечно, это неестественное состояние, но что делать в подобной ситуации - далеко не всегда удается решить. Ведь невроз - всегда несоответствие между желанием и возможностью. То ли желаний слишком много, то ли возможностей очень мало, то ли они вообще из разных областей и не могут уравновесить друг друга. Это сложная задача даже для сексолога, а не только для самих супругов.

Что делать в вашей ситуации - тоже не совсем понятно, это зависит от ваших семейных

Искусственно подавлять желания женщины, когда они еще могут проявляться, значит лишить ее последних шансов на регулярное удовлетворение при близости. А это в конце концов отразится и на семейной жизни вообще, вплоть до развода. Оживлять интим в зимнее время. А как? Ведь интимные отношения уже сложились, у каждого супруга есть свои устоявшиеся представления о том, что

стым советом не получится. Тут необходима длительная психотерапевтическая работа с обоими супругами, направленная на изменение их желаний и возможностей, на открытие новых граней их взаимоотношений. Это ни в коем случае не делается [illegible] трем строчкам письма. [illegible] ко личные консультации [illegible] сологом, с хорошим [illegible] рапевтом [illegible]

ком. Вот и вливается желание
капля за каплей в тело, будора-
жа фантазию и делая сны жар-

кими. Понятно, что зима с ее коротким световым днем, с нехваткой витаминов и физической активности, постоянным пребыванием в четырех стенах далеко не так способствует любви и сексу.

Обычный, "зимний", ритм половой жизни - это хоть и подвижное, но все-таки равновесие, выработанное за время совместной жизни с сулругом: кто-то хотел бы чуть почаще, кто-то - чуть пореже, а результат - вот он, тот, который бывает обычно.

сама не хочу, и совсем другое - хочу, но не получаю. Вот и нарастает недовольство. А с возвращением к привычному ритму оно постепенно перестает замечаться, все входит в обычную колею.

Наконец, есть еще третья возможность колебаний вашей сексуальности летом и зимой. Если у женщины переживание оргазма происходит реже, чем ей хотелось бы, постепенно у нее может развиться состояние настороженной готовности. То ли будет, то ли нет, а я на всякий случай приготовлюсь к неудаче - так менее болезненно. Но настороженность как раз и уменьшает шансы на расслабление и успех,

можностью. То ли желаний слишком много, то ли возможностей очень мало, то ли они вообще из разных областей и не могут уравновесить друг друга. Это сложная задача даже для сексолога, а не только для самих супругов.

Что делать в вашей ситуации - тоже не совсем понятно, это зависит от ваших семейных отношений.

гулярное удовлетворение при близости. А это в конце концов отразится и на семейной жизни вообще, вплоть до развода. Оживлять интим в зимнее время. А как? Ведь интимные отношения уже сложились, у каждого супруга есть свои устоявшиеся представления о том, что происходит, и изменить их про-

ленная на
ланий и возможностей, на от-
крытие новых граней их взаи-
моотношений. Это ни в коем
случае не делается заочно, по
трем строчкам письма. Только личные консультации с сексологом, с хорошим психотерапевтом могут изменить ситуацию к лучшему.

Пять испытаний для принца

В сказках Иван Царевич, чтобы заполучить принцессу, должен был пройти массу испытаний. А что мешает вам испытать вашего избранника, чтобы проверить, достоин ли он вас?

Важное условие: каждое следующее испытание должно проходить только после того, как он успешно (без скандалов, ссор и обид) прошел предыдущее! И только спустя некоторое время!

Испытание первое: флирт. Вы непринужденно улыбаетесь, шутите, смеетесь и стреляете глазками в компании. Этому вас учить точно не нужно! Одно ограничение: испытание не должно проходить в его компании, если вы там в первый раз.

Испытание второе: долгий разговор по телефону. На другом конце провода может быть кто угодно: подруга, мама, брат или одноклассница. Главное - сказать ему с невинным видом, что звонил старый друг или "так, знакомый один".

Испытание третье: букет цветов от незнакомого ему мужчины. В крайнем случае купите сами или закажите с доставкой на дом.

Испытание четвертое: пойдите куда-то в одиночестве, скрывая от него, куда именно. Если он легко справился с первыми двумя пунктами, можете долго и с наслаждением краситься и прихорашиваться при нем.

Испытание пятое: вернитесь за полночь. Тут, кажется, все понятно. Устраивать такое продолжение для четвертого испытания не стоит, чтобы не травмировать нежную мужскую психику!

Если он с успехом преодолел все препятствия - поздравляем! Ваш избранник не страдает болезненной ревностью, не считает вас своей собственностью и не думает, что вы должны посвятить свою жизнь ему. Он гордится тем, что вы его выбрали. Как говорится, "ну разве ж это не приятненько?".

Светлана АЛЕКСАНДРОВА.

ПОСТЕЛЬНЫЕ ЗАПРЕТЫ

В постели есть только одно правило: "Хорошо то, что нравится обоим". Мы предлагаем вам еще одно правило - не говорить ему фраз, которые ненавидят мужчины. И он не уйдет от вас!

Не надо говорить: "Ты правда хочешь меня?" Тем более добавлять: "Я ведь такая толстая (маленькая, рыжая и т.д.)". Если вы добрались до постели, значит, его ответ - "да"!

Лучше сказать: "Я так хочу тебя, просто с ума схожу".

Не надо говорить: "Ты меня не удовлетворяешь". Он слышит только одно: "Я ничтожество. Я ничего не умею". Это приводит его в бешенство.

Лучше сказать: "Поласкай меня вот здесь", если стесняетесь сказать, где. А если не стесняетесь сказать конкретно... Скажите конкретно!

Не надо говорить: "Положи мою одежду вон туда". Мужская страсть не терпит таких условностей. Если вы не в подъезде и не на лодке в открытом море, забудьте эти слова!

Лучше сказать: "Расстегивай скорее, я вся горю от нетерпения".

Не надо говорить: "Я присмотрела в секс-шопе шикарную плетку". Даже если ваш избранник склонен к экспериментам, он сильно удивится. И совсем не факт, что приятно. Фраза "Мне кажется, что нам надо разнообразить наш секс" тоже никуда не годится.

Лучше сказать: "Ты не хочешь попробовать что-нибудь новое? А ты так не любишь? Ладно, а вот это?"

Не надо говорить: "Мы ведь уже занимались сексом в субботу". Вы пытаетесь сказать, что не хотите секса сию минуту. А мужчина слышит, что вы не хотите секса вообще, и с ним в особенности. Для него это ощутимый удар по самолюбию.

Лучше сказать: "Мне так хорошо с тобой. Давай не сейчас, хорошо? А в прошлый раз было просто волшебно!"

Александра СМИРНОВА.

КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

ФАРШИРУЕМ БАКЛАЖАНЫ

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ БРЫНЗОЙ И ТВОРОГОМ

Возьмите 2 крупных баклажана, по 250 г брынзы и творога, сливочное масло, соль по вкусу.

Неочищенные баклажаны разрежьте вдоль на половинки, посолите и положите на 20 минут под пресс. Затем испеките до полуготовности в духовке, выньте сердцевину. Половинки баклажанов наполните брынзой и творогом, хорошо растертыми вместе, сбрызните растопленным сливочным маслом, положите в форму, смазанную сливочным маслом, и запеките в духовке при средней температуре.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ РИСОМ

Возьмите 2 крупных баклажана, луковицу, зубчик чеснока, 100 г риса, зелень петрушки и укропа, 1 кг помидоров, соль, черный перец, растительное масло, лавровый лист, сахар.

Неочищенные баклажаны разрежьте вдоль на половинки и положите под пресс, чтобы стек сок. Затем выньте сердцевину, измельчите ее и перемешайте с обжаренным на растительном масле луком и толченым чесноком. Добавьте отвар

4 столовые ложки сметаны, столовую ложку муки, растительное масло, соль, черный перец.

Баклажаны разрежьте вдоль на половинки, выньте сердцевину, пропустите ее вместе с крутыми яйцами через мясорубку, перемешайте сначала с мелко нарезанным и обжаренным луком, размоченным в молоке и отжатым хлебом, измельченной зеленью, затем с сырым яйцом, солью и черным перцем. Начините баклажаны этим фаршем, залейте сметаной, перемешанной с мукой, тушите 25 минут на слабом огне, потом запеките в духовке.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ

Первый способ

На 1 кг баклажанов возьмите 300 г свежих грибов, столовую ложку масла, яйцо, по 2 столовых ложки мелко порезанного репчатого лука, сметаны, толченых сухарей, измельченной зелени петрушки и зеленого лука, соль и перец по вкусу.

Молодые свежие баклажаны помойте, почистите, разрежьте вдоль пополам, выньте ложкой мякоть, измельчите. Грибы тщательно помойте, подрежьте ножки, нарежьте узкими полосками, добавьте нарезанный кружочками лук, жир, мякоть из баклажанов и тушите до мягкости, доба-

Второй способ

Вам потребуется 4 баклажана, 200 г лисичек, луковица, 2 столовых ложки растительного масла.

Баклажаны помойте, срежьте хвостики и разрежьте на половинки. Ложкой выньте часть мякоти, оставляя довольно толстые стенки. Свежие лисички помойте, положите в горячую воду, доведите до кипения, отцедите, мелко нарежьте и поджарьте с луком на растительном масле. Мякоть баклажанов измельчите, соедините с грибами, посолите, хорошо размешайте. Этим фаршем наполните половинки баклажанов.

Сковороду смажьте маслом, разложите половинки фаршированных баклажанов и запеките в духовке, поливая выделяющимся соком.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ, С БЕЛЫМ СОУСОМ

Возьмите 1 кг баклажанов, 2 луковицы, 200 г свежих белых грибов, 100 г растительного масла, желток, по столовой ложке муки и сливочного масла, полстакана молока, соль.

Баклажаны помойте, срежьте плодоножку, разрежьте вдоль, кожицу не снимайте. Подготовленные половинки обжарьте во фритюре (баклажаны не должны

наполните баклажаны, разложите их на смазанный маслом противень и запеките в духовке. К готовым баклажанам можно подать любой томатный соус.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ОВОЩАМИ

Возьмите 400 г баклажанов, луковицу, морковь, 2 помидора, четверть небольшого кочана капусты, зелень петрушки и сельдерея, 2 столовые ложки растительного масла, соль, перец по вкусу.

Для соуса: 100 г томата-пюре, столовая ложка растительного масла, по чайной ложке муки, измельченного чеснока и сахара, соль и перец по вкусу.

Баклажаны вымойте, разрежьте вдоль, выньте часть мякоти, изнутри натрите солью и дайте полежать несколько минут. В промытые баклажаны положите начинку, после чего уложите их на противень в ряд, залейте соусом или сметаной и припустите в духовке. Готовые баклажаны охладите и посыпьте зеленым луком.

Приготовление начинки. Коренья и репчатый лук мелко нарежьте, спассеруйте на растительном масле. Мелко нарезанные капусту и помидоры (без кожицы) смешайте с пассерованными кореньями, луком и тушите до полуготовности, заправьте солью и перцем.

костей (свинина, баранина), луковицу, столовую ложку масла, чайную ложку мелко нарезанного укропа, яйцо, соль, перец.

Для соуса: по столовой ложке сливочного масла и муки, 2 столовые ложки томата, соль, сахар, лимонная кислота, чайная ложка резаной зелени петрушки.

Мясо вымойте, нарежьте, подрумяньте на жире, переложите в кастрюлю, добавьте очищенный и нарезанный лук, влейте 3-4 столовые ложки воды, тушите до готовности, по мере выкипания подливая воду. Сварите рассыпчатый рис. Мясо остудите, мелко порубите или пропустите через мясорубку с крупной решеткой, перемешайте с рисом, укропом и яйцом, добавьте по вкусу соль, перец.

Баклажаны вымойте, почистите, разрежьте вдоль на две части. Выньте ложечкой сердцевину, наполните половинки баклажанов фаршем, уложите в мелкую кастрюлю, долейте стакан воды, поставьте в нагретую духовку и запеките. Во время запекания подливайте воду.

Приготовьте соус: масло и муку подрумяньте до светло-коричневого цвета, разведите кипяченой водой до получения негустого соуса, прокипятите, добавьте

вину, измельчите ее и перемешайте с обжаренным на растительном масле луком и толченым чесноком. Добавьте отваренный в большом количестве подсоленной воды рис и мелко нарезанную зелень. Этим фаршем наполните половинки баклажанов и запеките в духовке.

Подавайте с томатным соусом.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ БАКЛАЖАНАМИ

Возьмите 2 крупных баклажана, луковицу, 2 ломтика белого хлеба, стакан молока, зелень петрушки и укропа, 2 сваренных вкрутую яйца, сырое яйцо, тельно помойте, подрежьте ножки, нарежьте узкими полосками, добавьте нарезанный кружочками лук, жир, мякоть из баклажанов и тушите до мягкости, добавив соль и перец. Грибы остудите, соедините с яйцом, толчеными сухарями и резаной зеленью, тщательно размешайте, наполните половинки баклажанов, уложите их в мелкую кастрюлю, влейте 3-4 столовые ложки воды, поставьте в горячую духовку и запеките. Перед самой подачей залейте густой подсоленной сметаной и еще немного запеките. Выложите на блюдо, полейте соусом, посыпьте резаной зеленью. Вместо толченых сухарей можно взять 100-150 г рассыпчатого риса.

Баклажаны помойте, срежьте плодоножку, разрежьте вдоль, кожицу не снимайте. Подготовленные половинки обжарьте во фритюре (баклажаны не должны быть мягкими). Из каждой половинки после обжаривания выньте часть мякоти.

Приготовьте белый соус: муку и сливочное масло спассеруйте на сковороде, влейте молоко и, помешивая, прокипятите, затем чуть охладите, вбейте желток и снова прогрейте, чтобы соус загустел.

Лук мелко нарежьте, поджарьте, смешайте с мякотью, вынутой из баклажанов, и обжаренными грибами, соедините с соусом. Полученной начинкой тельном масле. Мелко нарезанные капусту и помидоры (без кожицы) смешайте с пассерованными кореньями, луком и тушите до полуготовности, заправьте солью и перцем.

Приготовление соуса. Томат-пюре или пасту спассеруйте с растительным маслом, разведите бульоном или водой, добавьте мелко нарезанный чеснок, поджаренную муку, соль, перец, сахар. Прокипятите три-четыре минуты.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ И РИСОМ

Возьмите 1 кг баклажанов, полстакана риса, 200 г мяса без

Приготовьте соус: масло и муку подрумяньте до светло-коричневого цвета, разведите кипяченой водой до получения негустого соуса, прокипятите, добавьте томат, приправьте его по вкусу солью, сахаром, лимонной кислотой и залейте баклажаны.

Запекайте недолго, чтобы не пересохли. Готовые баклажаны выложите на блюдо, полейте соусом, в котором они запекались, и посыпьте измельченной зеленью.

Татьяна СУВОРОВА.
Калуга.

ЧТО ТАМ, НА ДНЕ МОРСКОМ?

Рецепты от актрисы Дарьи Повереннової

ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ

5 морковок, 0,5 л воды, 3 чайные ложки сахара, 3 столовые ложки манной крупы, по столовой ложке панировочных сухарей и сливочного масла, яйцо, 500 г сметаны.

Морковь натрите на терке и варите 7-10 минут. Добавьте манку и сахар. Варите до готовности крупы. Кашу охладите, добавьте по половинке желтка, белка и тщательно перемешайте. Массу выложите в кастрюлю, смазав дно и стенки сливочным маслом, и посыпьте сухарями. Сверху смажьте смесью яйца и сметаны. Запеките в духовке. Подавайте со сметаной.

САЛАТ "МОРСКОЕ ДНО"

200 г морской капусты, 2 луковицы, 3 яйца, 120 г крабовых палочек, банка скумбрии в масле, полвилка краснокочанной капусты, 250 г майонеза, веточка петрушки.

Слоями в салатник выложите морскую капусту, лук, порезанный маленькими кубиками, крабовые палочки - кусочками, мелко порезанные яйца, майонез, скумбрию, краснокочанную капусту (ее нужно мелко нашинковать, слегка посолить и помять).

Сверху залейте салат майонезом, украсьте листочками петрушки и квадратиками крабовых палочек.

УТКА С ЯБЛОКАМИ ИЗ ФИЛЬМА "МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ"

1 утка, 1 кг кислых яблок, 2 столовые ложки сметаны или сливочного масла, соль.

Вырежьте из яблок сердцевину, нарежьте их некрупными дольками.

Выпотрошите тушку утки, натрите солью внутри и снаружи.

Нафаршируйте утку яблоками, отверстие в брюшке зашейте суровыми нитками. Ножки и крылья можно перевязать, чтобы птица не потеряла форму.

Утку уложите спинкой на противень, сверху полейте растительным маслом или сметаной и жарьте в духовке при 200 градусов, пока утка не зарумянится.

Подлейте на противень немного воды и жарьте утку на слабом огне еще около часа.

Периодически поливайте птицу жиром и соком.

Подавайте со свежими или печеными яблоками, маринованными ягодами.

Записала Татьяна ВИКТОРОВА.

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ

На небольшой кочан капусты понадобится 2 соленых огурца, 200 г вареной колбасы, 2 зубчика чеснока, 250 г майонеза, соль и перец по вкусу (все продукты режутся очень мелко).

Капусту нашинкуйте соломкой, посолите и дайте постоять 10-15 минут. Огурцы и колбасу мелко порежьте, выдавите чеснок, поперчите. Смешайте все продукты, добавьте майонез, хорошо перемешайте.

СВИНИНА С ОВОЩНОЙ СМЕСЬЮ

Вам потребуется 800 г бескостной свинины, 700 г картофеля, 2 морковки, 250 г замороженного зеленого горошка, по столовой ложке растительного масла и муки, 100 мл мясного бульона, столовая ложка сливочного масла, чайная ложка уксуса, зелень.

Нагрейте духовку до 200 градусов. Свинину обмажьте растительным маслом и 40 минут жарьте в духовке, поливая выделившимся соком. Картофель варите 25 минут. Отвар слейте. Морковь почистите, нарежьте кружочками и тушите пять минут в подсоленной воде, добавьте горошек и тушите еще три минуты. Слейте жидкость и приправьте. На сливочном масле подрумяньте муку, влейте сливки, бульон и, помешивая, вскипятите. Посолите, поперчите, добавьте уксус и варите пять минут на слабом огне. Соусом полейте овощи. Мясо выньте из духовки, нарежьте на порции и разложите по тарелкам с картофелем и овощной смесью. Добавьте зелень.

Юлия НИКИФОРОВА.
пос. Равнинный Оренбургской области.

Острые и пикантные

"ЛАПТИ"

На 1 кг баклажанов возьмите 100 г растительного масла.

Для соуса понадобится 0,5 л уксуса, 8-10 горошин горького перца, 2 головки чеснока.

Баклажаны нарежьте вдоль на четыре-шесть частей и обжарьте в растительном масле, обмакните в соус, сложите в банку и поставьте на холод на два-три дня.

БАКЛАЖАНЫ ПЕЧЕНЫЕ В ТОМАТНОМ СОКЕ

Баклажаны вымойте, испеките, очистите, уложите в литровую банку. На дно положите лавровый лист, 2-3 зубчика чеснока, 2-4 горошины горького перца. Залейте томатным соком (на литр сока - 1,5 столовой ложки соли) и стерилизуйте 10-15 минут.

САЛАТ ИЗ БАКЛАЖАНОВ, ПОМИДОРОВ И СЫРА

На 2-3 баклажана потребуется 100-150 г сыра, 2 зубчика чеснока, 2 болгарских перца, 5 помидоров, зелень.

Овощи вымойте, баклажаны очистите от кожицы, порежьте кружочками 1 см толщиной, обжарьте в растительном масле. Тонко порежьте перец, помидоры, зелень измельчите.

Все ингредиенты выложите слоями на плоскую тарелку в таком порядке: баклажаны, посыпанные зеленью и сыром, перец, помидоры, зелень. Каждый слой чуть присолите. Залейте майонезом. Подавайте охлажденными.

БАКЛАЖАНЫ ОСТРЫЕ

На 5 кг баклажанов возьмите 5-6 болгарских перцев, по стакану растительного масла, сахара, 9-процентного уксуса,

ВИННЫЙ ПОГРЕБОК

Вино из черноплодной рябины

Пятилитровую банку заполните примерно на треть немытыми плодами черноплодной рябины, затем их высыпьте и измельчите деревянным пестиком и снова сложите в ту же банку. Засыпьте сахаром (я беру 800-граммовую банку). Затем налейте до плечиков остуженную кипяченую воду, закройте полиэтиленовой крышкой и поставьте банку в темную комнату. Периодически банку нужно встряхивать. Через два месяца вино будет готово. Слейте его до осадка в стеклянные бутылки. На окончание брожения указывают опустившиеся на дно ягоды.

Готовое вино по вкусу не уступает виноградному.

Вино из корней шиповника

Промытые корни порежьте как можно мельче и заполните ими примерно на треть пятилитровую стеклянную банку. Вскипятите 3 л воды, растворите в ней 1 кг сахара. Остудите сироп до 60 градусов и залейте корни так, чтобы до верха банки оставалось 7-8 см. Для ускорения брожения я кладу столовую ложку изюма. Банку закройте резиновой медицинской перчаткой и поставьте в теплое место (можно возле батареи) на 1,5-2 месяца. Степень готовности определяется спадом надутой перчатки и оседанием корешков. Напиток по вкусу должен быть сладким. Перелейте его в трехлитровую банку, закройте той же перчаткой и поставьте на месяц для "дозревания" в темное прохладное место. Затем разлейте по бутылкам. У напитка вкус сухого вина. Но употреблять его надо не более 30 г в день - это лечебное вино.

Учтите, что корни нужно выкапывать или весной до распускания листьев, или осенью после их опадания.

Вино из лепестков роз

Заполните лепестками на две трети пятилитровую банку, залейте кипяченой водой (примерно 2 л), нагретой до 60 градусов, предварительно растворив в ней 1 кг сахара. Перемешайте лепестки, добавьте столовую ложку изюма. Банку поставьте на сутки-двое в темное место, прикрыв марлей, а потом, так же как и в предыдущем случае, надев перчатку, оставьте на 40-45 дней. После этого перелейте вино в трехлитровую банку, туда же отожмите мезгу. Оставьте вино еще на 30 дней под перчаткой, затем разлейте по бутылкам.

Вкус вина необыкновенно приятный, тонкий.

Настойка из шиповника

Сухой шиповник вымойте, слегка распарьте, чтобы он стал помягче. Засыпьте ягоды в литровую банку, положите 8 столовых ложек сахара, влейте 0,5 л водки и долейте банку доверху кипяченой водой. Закройте полиэтиленовой крышкой и взбалтывайте до тех пор, пока сахар не растворится. Поставьте банку в темное место на 20-30 дней. Два-три раза в неделю обязательно взбалтывайте. Готовую настойку перед употреблением процедите.

По вкусу она напоминает хороший коньяк.

Настойка из черной смородины

В литровую банку положите 4-5 листьев (можно сухих) смородины, 4 столовые ложки сухих ягод, 8 столовых ложек сахара, залейте 0,5 л водки, доведите объем до литра отфильтрованной кипяченой водой и плотно закройте. Взбалтывайте до полного растворения сахара. После этого поставьте в темное место на месяц. Процедите.

Настойка из вишни и сливы

Сухие плоды промойте и подержите в воде минут 10, потом воду слейте.

В литровую банку насыпьте две трети стакана плодов, влейте 0,5 л водки, положите 8-10 столовых ложек сахара. Затем готовьте настойку так же, как в предыдущем рецепте. Готовая настойка приобретает вкус спелых ягод.

Светлана ИВАНОВА,
г. Магнитогорск
Челябинской области.

БАКЛАЖАНЫ ОСТРЫЕ

На 5 кг баклажанов возьмите 5-6 болгарских перцев, по стакану растительного масла, сахара, 9-процентного уксуса, мелко порезанный чеснок, 2-3 горошины перца, столовую ложку соли.

Баклажаны порежьте кружочками и положите на три-четыре часа в соленую воду. Отожмите и обжарьте в растительном масле. Чеснок и перец пропустите через мясорубку, всыпьте соль, сахар, влейте растительное масло и уксус. Перемешайте. Остывшие баклажаны обваляйте в смеси чеснока и перца, сложите в стерильные банки и - на холод.

ПИКАНТНЫЕ БАКЛАЖАНЫ

На 4 средних баклажана потребуется по 4 столовых ложки муки и винного уксуса, 4 дольки чеснока, пол чайной ложки черного перца, стакан растительного масла, семена кориандра, петрушка, соль.

Вымытые баклажаны обсушите, нарежьте кружочками, уложите слоями, пересыпая солью, и оставьте на 20 минут. Основательно промойте под струей воды, обсушите. Перемешайте муку и черный перец. От растительного масла отлейте 4 столовые ложки. Остальное масло разогрейте и, макая баклажаны в муку с перцем, обжарьте до коричневого цвета. Снимите излишки жира. Чеснок, соль, кориандр истолките в ступе, добавьте измельченную зелень, уксус и остальное растительное масло.

Кружки баклажанов "ступеньками" уложите на блюдо, полейте маринадом, накройте фольгой и на три-четыре часа оставьте пропитаться.

Эти баклажаны хорошо сочетаются и с мясом, и с рыбой.

Людмила ЕЛИСТРАТОВА.
г. Сызрань
Самарской области.

стеклянные бутылки. На окончание брожения указывают опустившиеся на дно ягоды.

Готовое вино по вкусу не уступает виноградному.

корешков. Напиток по вкусу должен быть сладким. Перелейте его в трехлитровую банку, закройте той же перчаткой и поставьте на месяц для "дозревания" в тем-

ное место, прикрыв марлей, а потом, так же как и в предыдущем случае, надев перчатку, оставьте на 40-45 дней. После этого перелейте вино в трехлитровую банку, туда же

лых ягод.

Светлана ИВАНОВА.
г. Магнитогорск
Челябинской области.

ЗЕЛЕНЫЙ СМАК

ЗЕЛЕНОЕ АССОРТИ

На трехлитровую банку возьмите 10 маленьких огурцов, 10 помидоров молочной степени зрелости, 5 зеленых груш, 3 яблока сорта антоновка, 3 спелых болгарских сладких перца зеленого цвета, по 3 листа черной смородины и вишни, зонтик укропа, листик сельдерея, 3-4 горошины душистого перца, 2 гвоздички, чайную ложку (без верха) лимонной кислоты, 1,5 столовой ложки соли, 4 столовые ложки сахара.

Все овощи-фрукты хорошо промойте. Яблоки, груши и перец разрежьте пополам, удалите семенное гнездо и порежьте на четыре части.

На дно простерилизованной банки положите тщательно промытую пряную зелень и специи. Затем уложите рядами: огурчики, груши, яблоки, помидоры, перец. Залейте кипятком, накройте простерилизованной крышкой, а сверху - полотенцем и оставьте на 45 минут. Воду слейте, добавьте соль, сахар и доведите до кипения. В банку положите лимонную кислоту и залейте кипящим рассолом. Закатайте и укутайте на шесть часов.

ПОМИДОРЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ "СМАК"

На трехлитровую банку вам понадобится 1,7 кг помидоров, стакан ягод винограда любого сорта, кроме винного, 2 сладких болгарских перца, по 3 листа черной смородины и вишни, 2 зонтика укропа, 2 кусочка листа хрена длиной 5 см, 5 горошин душистого перца, 2 гвоздики, 2 зубчика чеснока, чайная ложка лимонной кислоты, столовая ложка соли, 3 столовых ложки сахара.

На дно простерилизованной банки положите хорошо промытые пряную зелень и специи.

Овощи и ягоды винограда тщательно вымойте. У перца удалите семена и разрежьте плоды на четыре части. Помидоры выбирайте так, чтобы все они были одной степени зрелости: красные, бурые или молочные. Промежутки между помидорами заполните перцем и виноградом. Залейте кипятком, накройте простерилизованной крышкой, сверху - полотенцем и оставьте на 15 минут. Воду слейте, в банку положите нарезанный на пластинки чеснок, всыпьте лимонную кислоту. А в слитую воду добавьте соль, сахар и доведите до кипения. Кипящим рассолом залейте овощи, закатайте и укутайте на шесть часов.

ОГУРЧИКИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

На литровую банку возьмите 400 г зеленых огурчиков длиной до 8 см, 250 г молодого зеленого горошка, половинку болгарского сладкого перца, зубчик чеснока, зонтик укропа, кусочек листа хрена длиной 5 см, листик сельдерея, 3 г лимонной кислоты, столовую ложку (без верха) соли и 1,5 столовой ложки сахара.

Отсортированные огурчики помойте, отрежьте плодоножки и замочите в холодной воде часов на пять, при этом воду нужно дважды менять.

Молодые зерна зеленого горошка сложите в дуршлаг, помойте холодной водой, засыпьте в кастрюлю с кипящей водой. Варите до готовности. Воду слейте, горошек промойте холодной водой. Перец помойте, удалите семена, разрежьте пополам. Возьмите одну половинку и нарежьте крупной соломкой (толщиной 2 см). В простерилизованную банку положите на дно пряную зелень. Затем вертикально уложите огурчики. После этого заполните банку горошком вперемешку с перцем (на 1,5 см ниже горлышка). Залейте кипятком, накройте простерилизованной крышкой, а через минуты две воду слейте. Сразу же вторично залейте кипятком, накройте крышкой, сверху - полотенцем, выдержите семь минут. Потом воду слейте, добавьте в нее соль, сахар и доведите до кипения. В банку положите лимонную кислоту и чеснок, нарезанный пластинками. Залейте кипящей заливкой, закатайте и укутайте на шесть часов.

ВАРЕНЬЕ "АПЕЛЬСИНОВОЕ" ИЗ ФИЗАЛИСА

Возьмите 1 кг физалиса фруктового (можно использовать и овощной), крупный апельсин, 1,1 кг сахара, 1 г лимонной кислоты, 1,5 стакана воды.

Физалис почистите, помойте в холодной, затем в горячей, потом опять в холодной воде. Разрежьте плоды на дольки: мелкие пополам, крупные на четыре части. Залейте горячим сахарным сиропом (1,1 кг сахара на 1,5 стакана воды). Выдержите четыре-пять часов. Затем поставьте на огонь, доведите до кипения и варите на слабом огне в три приема. Первый раз варите 30 минут. Через два-три часа - еще 30 минут. Опять выдержите два-три часа. Потом поставьте на огонь и варите до готовности. Примерно минут за 10-15 до конца варки добавьте апельсин, прокрученный на мясорубке вместе с цедрой. Варенье считается готовым, если кусочки плодов становятся полупрозрачными, равномерно распределяются в сиропе, не всплывают на поверхность, пенка собирается к центру кастрюли, а если охлажденную каплю варенья капнуть на ноготь или сухую фарфоровую посуду, она почти не должна растекаться.

В готовое варенье добавьте лимонную кислоту, размешайте и сразу же разложите кипящим в предварительно простерилизованную сухую, подогретую на пламени банку. Закройте крышкой, закатайте.

Валентина БАБИЕНКО.
пос. Борисовка
Белгородской области.

АЖУРНАЯ, БЛЕСТЯЩАЯ, РАЗНОЦВЕТНАЯ

В гардеробе современной женщины модным и красивым должно быть все. От белья, блузок и джинсов до выходного платья.

В бельевой моде сегодня очень актуальна вышивка. Она украшает даже комплекты на каждый день.

Хотите выглядеть нарядно? Выберите комплект с объемной черной и серебряной вышивкой: мягкий бюстгальтер формы "корзинка" и трусики-слипы. Это белье для особых случаев.

Эффектно смотрится оригинально расшитый (в восточных мотивах) комплект: бюстгальтер "пуш-ап" на косточках (приподнимает и зрительно увеличивает грудь) и шортики.

Для нежных особ подойдет комфортный комплект: плотный бюстгальтер в лиловых тонах классической формы, подходящий для груди большого размера, и трусики-стринги.

Для отдыха приобретите удобный комплект: *бюстгальтер "корзинка" и трусики-слипы цвета беж.*

Безусловно, главная модель гардероба работающей женщины - блузка. Она поможет вам меняться, но выглядеть всегда стильной и чувствовать себя комфортно. Хлопковая сорочка в полоску в синих тонах - деловой вариант даже в сочетании с джинсами.

удобный комплект: бюстгальтер "корзинка" и трусики-слипы цвета беж.

Безусловно, главная модель гардероба работающей женщины - блузка. Она поможет вам меняться, но выглядеть всегда стильной и чувствовать себя комфортно. Хлопковая сорочка в полоску в синих тонах - деловой вариант даже в сочетании с джинсами.

Восточная романтика - длинная туника с орнаментом "турецкий огурец". Скрывает недостатки фигуры и выглядит нарядно.

В стиле хиппи - легкая свободная блузка с цветочным рисунком (преобладают розовые и зеленые тона) и косынка, завязанная узлом на затылке, - образ 70-х снова в моде. Приталенная блузка желтого цвета на пуговицах с накладными карманами и зауженные брюки длиной до щиколотки - воплощение элегантности и женственности 50-х. Сорочка из хлопка в крупную клетку и джинсы - классический комплект для отдыха.

А что выбрать для праздника или похода в гости? Присмотрите нарядное вязаное или кружевное платье, ведь этот женственный наряд сейчас на пике моды.

Остромодный образ: ажурная блузка, вязаная сумка, юбка с отделкой из кружев - все в белых тонах. Дополните наряд индийскими бусами с разноцветными крупными камнями. Изящно смотрится легкий кардиган фисташкового цвета в сочетании с юбкой клеш до середины икры и топом с драпировкой нежно-салатового цвета.

А вот вариант для романтического свидания. Трикотажное длинное голубое платье с V-образным вырезом, вязаная шаль нежного кремового цвета и ожерелье из стекляруса - вы великолепны!

Собираетесь в кино или театр? Вязаный розовый топ, шарф в тон, светлая юбка с аппликацией, наряд из ярких вещей не оставит вас незамеченной.

Снова обратимся к модным нынче семидесятым. К белому длинному платью с кружевными вставками подберите плетеные коричневые ремень и сумку. Бусы из разноцветных агатов освежат наряд.

Хотите выглядеть женственно и модно на работе? Вот практичный вариант. Выберите длинный вязаный светлый кардиган, кружевную блузку с запахом, потертые джинсы, украшенные брелоком, и ажурный шарф.

И наконец, верхняя одежда. Забудьте о мрачных черных и серых тонах! Ничто так не поднимает настроение хмурым и холодным днем, как вишневый кожаный жакет с крупными металлическими пуговицами. Стильное сочетание - синее кашемировое приталенное пальто до середины колена, длинный шарф в тон, расшитый бисером, и сапоги на удобном каблуке-"морковке". Для любительниц спортивной классики подойдут практичные зеленые или оранжевые куртки из водоотталкивающей ткани.

Мария ДЕБАБОВА.

Каждый знает, что еда - это не главное развлечение на любой вечеринке. Однако любая хозяйка обычно тщательно продумывает меню и собственный наряд, а вот о том, как развлекать гостей, задумывается в последний момент. Вот несколько игр, которые будут уместны в любой компании и непременно обеспечат всем отличное настроение.

ДЕЛО БЫЛО ВЕЧЕРОМ

Веселые подарки

Эту игру можно предложить для развлечения не только вашим детям. Если в доме собирается веселая компания, то поиграть в нее можно и взрослым.

Изготавливаются два комплекта карточек: на первом - рисунок подарка, на втором - как с этим подарком нужно поступить.

Играющие разбиваются на пары. Ведущий дает карточку с рисунком одному игроку, а с текстом - другому. После того как все карточки розданы, можно почитать, что получилось в результате. Чем смешнее окажутся сочетания "подарок - текст", тем лучше.

Например:

1. Яблоко - разрежу и угощу приятеля.
2. Платье - выглажу горячим утюгом.
3. Мороженое - положу в холодильник.
4. Лошадь - оседлаю и поеду верхом.
5. Коза - привяжу к забору, не убежит.
6. Носовой платок - надушу и положу в карман.
7. Мыло - возьму с собой в баню.
8. Зеленый лук - порежу в окрошку.
9. Золотая рыбка - пущу плавать в аквариум.
10. Портрет любимой (любимого) - расцелую и прижму к сердцу.
11. Черный кот - возьму на руки и поглажу.
12. Резиновый мяч - поиграю с сынишкой.
13. Кукла-голышок - искупаю и положу в кроватку.
14. Статуэтка - поставлю на полку и буду любоваться.
15. Орехи - расколю и съем.

Вы можете придумать и свои варианты карточек. Все зависит от вашей фантазии.

Аукцион

Ведущий говорит: "Сейчас на дворе осень. Какие грибы можно найти в лесу?" Все по очереди называют разные грибы. В определенный момент (когда пауза затягивается) ведущий начинает считать: "Белый гриб - раз, белый гриб - два, белый гриб..." Если никто не успел назвать другой гриб, после слова "три" ведущий вручает победителю приз, например игрушку - грибок, печенье в форме гриба, открытку с грибом.

Темы аукционов могут быть самыми различными. Вот несколько для примера:

1. Ягоды.
2. Цветы или имена-цветы.
3. Деревья в городе и области.
4. Овощи.
5. Фрукты.
6. Елочные украшения.
7. Спортивные термины.
8. Шахматные термины.
9. Животные.
10. Породы собак или кошек.
11. Певцы или композиторы.
12. Поэты и писатели (лучше на одну, определенную букву).
13. Слова, в которых встречаются ноты (например, уДОд, ФАСОЛЬ, ЛЯгушка).
14. Определения на тему: школа, институт.
15. Блюда из картофеля.

Интервью для семейных пар

Мужья и жены одновременно отвечают на вопросы - каждый на своем листочке. Те, кто ответил верно, получают призы.

1. Назовите день вашего бракосочетания.
2. Какая была погода в этот день?
3. Какого цвета был костюм жениха?
4. Какое украшение было на голове у невесты?
5. Сколько было машин?

Или такие вопросы:

1. Какого цвета глаза у вашей жены (вашего мужа)?
2. Какие духи любит ваша жена (муж)?
3. Какие цветы предпочитает ваша жена (муж)?
4. Какой цвет больше всего идет вашей жене (вашему мужу), по ее (его) мнению?
5. Какие книги предпочитает ваша жена (муж)?

Подготовила Надежда НОСОВА, психолог.

Разрез имеет значение

Как узнать, что за человек перед вами? Посмотрите на него... нет, не через прицел, а через разрез его глаз.

Круглые глаза выдают простодушного, доверчивого и доброго человека. Он не способен на интриги, а если и польстит вам, то только чтобы сделать вам приятное.

Миндалевидные глаза, напротив, говорят о расчетливости и дальновидности их обладателя. Такой человек знает, чего он хочет и как этого добиться. Его эмоции всегда под контролем.

"Кошачьими" глазами природа награждает тех, кто склонен к театральным эффектам и все время нуждается в одобрении окружающих. Потому они порой совершают экстравагантные поступки, лишь бы привлечь внимание.

Глаза навыкате свидетельствуют о том, что их хозяин излишне внимателен к мелочам. Он вспыльчив, но отходчив и очень внимателен к людям, которых ценит.

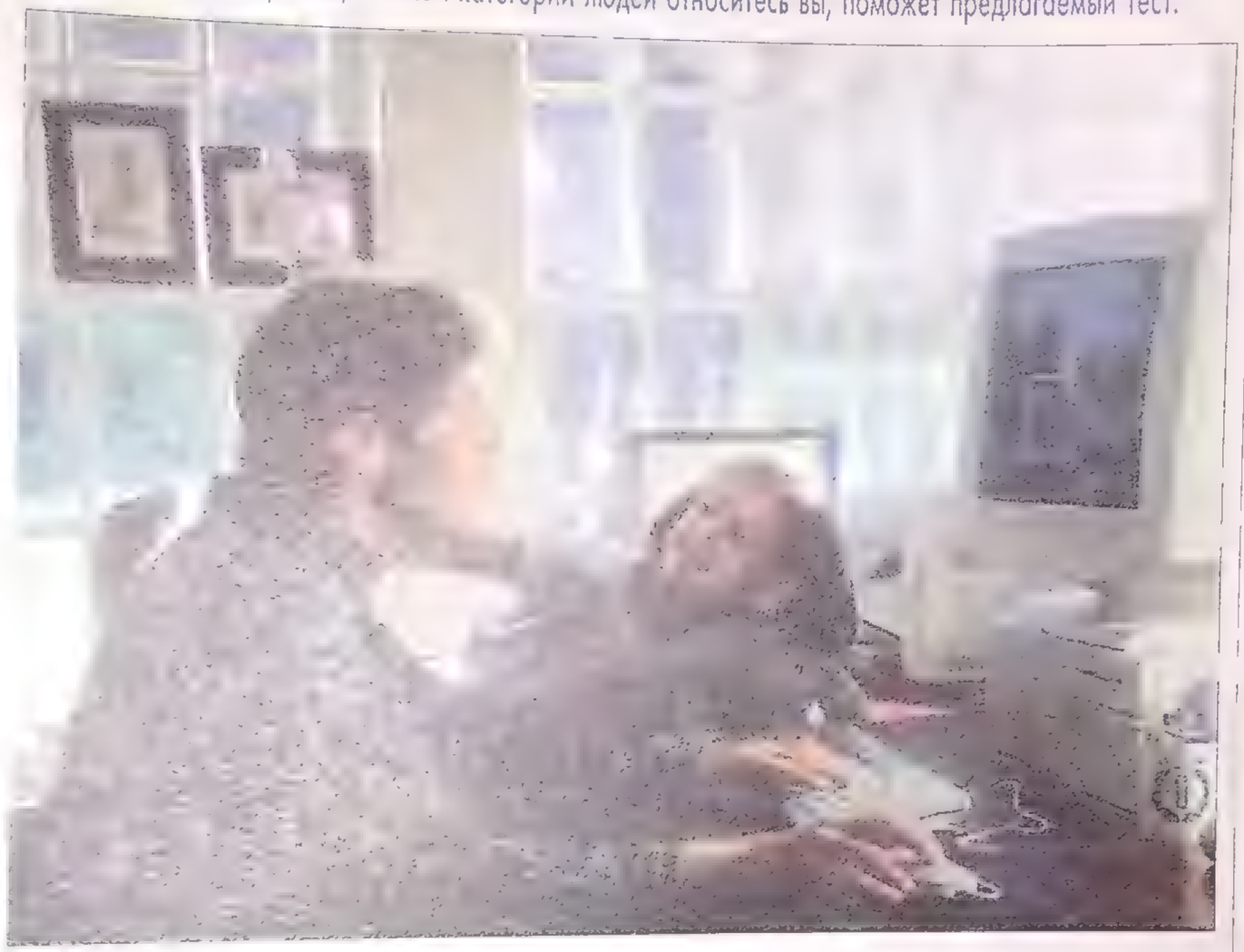
Глаза с прищуром - показатель ироничной натуры, склонной критиковать все и вся. Но за показным ехидством, как правило, скрывается сомнение в собственных

АЛЬЯНС ЧЕЛОВЕКА И КОМПЬЮТЕРА

...ние жизнь. Не нередко можно услышать, что все это электронное барахло только

РАЗВИТИЕ ЧЕЛОВЕКА И КОМПЬЮТЕРА

Компьютеры уже прочно вошли в нашу повседневную жизнь. Но нередко можно услышать, что все это электронное барахло только портит здоровье, а проку от него не больше, чем от обыкновенных счетов с костяшками. А другие просто не могут четко определить свое отношение к этим машинам. Помочь разобраться, к какой категории людей относитесь вы, поможет предлагаемый тест.



1. Полезен ли компьютер детям дошкольного возраста?

а) нет, ребенку в этом возрасте полезнее общаться со своими сверстниками - **1 очко**;

б) скорее, он полезен их родителям, так как, когда они заняты, компьютер может выполнять для детей роль своеобразной няньки - **2 очка**;

в) да, он способствует их ускоренному интеллектуальному развитию - **3 очка**.

2. Знакомы ли вы с интернетом?

а) у меня нет знакомых с такой фамилией - **1 очко**;

б) пока нет, но собираюсь познакомиться - **2 очка**;

в) да, мы с ним уже как братья - **3 очка**.

3. Каково, на ваш взгляд, оптимальное время общения с компьютером?

а) до часа в день - **1 очко**.

б) пока глаза не устанут - **2 очка**;

в) да хоть круглые сутки - **3 очка**.

4. Что возникает в ваших мыслях, когда вы слышите слово "мыло"?

а) мексиканские телесериалы - **1 очко**

б) то, что можно обменять на шило, - **2 очка**,

в) электронный способ общения - **3 очка**

5. Какова основная функция компьютера?

а) служить пишущей машинкой - **1 очко**;

б) образовательная - **2 очка**;

в) развлекательная - **3 очка**.

6. За что вы хватаетесь, услышав слово "компьютер"?

а) за словарь - **1 очко**;

б) за голову - **2 очка**;

в) за мышку - **3 очка**.

7. Что такое, по вашему мнению, винчестер?

а) название профессии - **1 очко**;

б) охотничье оружие - **2 очка**;

в) жесткий диск компьютера - **3 очка**.

Теперь суммируйте очки и прочитайте, что у вас получилось.

18-21 очко. Компьютер ваш друг и брат. Если же вы еще несовершеннолетний, то и папа с мамой. Прекрасно, что вас увлекают информационные технологии, но постарайтесь не заплутать в виртуальном пространстве. В противном случае пропустите все интересное, происходящее в реальной жизни.

12-17 очков. В общем, вы знакомы с компьютером, но не настолько близко, чтобы быть с ним на ты. Вам предстоит еще многое узнать. Главное - проявлять бдительность, чтобы не запутаться в силках компьютерных вирусов.

7-11 очков. Компьютер для вас - все равно что экспонат музея редкостей. В наше время это непростительно. Но не паникуйте, а направляйтесь в компьютерный класс для начинающих. Тогда через пару недель вы найдете общий язык с этой машиной.

Ольга ФУРСОВА.

затель иронической натуры, склонной критиковать все и вся. Но за показным ехидством, как правило, скрывается сомнение в собственных силах и желание понравиться.

А как он смотрит на вас? Это тоже немаловажно.

Разберитесь, чего он хочет!

Отсутствующий взгляд. Он думает, скорее всего, совсем не о том, что вы только что сказали. Проблемы на работе или планы на ближайшие выходные занимают его гораздо больше.

Что делать. Сказать что-нибудь, что его удивит, чтобы он проявил интерес к вам.

Взгляд на окружающие предметы и в потолок. Ему неинтересно то, что вы говорите. Может быть, вы просто слишком многословны.

Что делать. Или говорите по существу, или расскажите анекдот, чтобы рассмешить его и снять напряжение.

Глаза опущены. Он обманывает вас. Но ему хотя бы стыдно.

Что делать. Проследить, насчет чего он врет, и сделать выводы.

Пристальный взгляд в глаза (зрачки сужены). Он думает, что вы полностью в его власти, - или очень хочет этого.

Что делать. Уйти! Ради своей психологической, а может быть, и физической безопасности.

Пристальный взгляд в глаза (зрачки расширены). Ваш визави испытывает к вам явный сексуальный интерес.

Что делать. Угадайте с трех раз.

Александра СМИРНОВА.

СКРОМНОСТЬ УКРАШАЕТ НЕ ВСЕГДА

Ты одинок. Есть только пустота внутри, и совершенно нечем ее заполнить. Разве за этим ты появился на свет? Почему никто не хочет тебя понять, оценить и полюбить? А может, этого не хочешь ты? Сегодня мы расскажем, как преодолеть это состояние и почему оно опасно, если затягивается.

Как известно, человек - существо общественное. Но каждому необходимо время, чтобы побыть с собой наедине, понять, что он из себя представляет, разобраться в своих чувствах. Психологи считают, что желание побыть одному абсолютно естественно. Правда, для некоторых одиночество становится постоянным спутником, едва ли не жизненной нормой. Это чревато затяжными депрессиями, даже потерей интереса к жизни. И только в силах самого одиночки сделать так, чтобы это странное чувство отпустило как можно скорее, уступив место безоблачному счастью.

В чем причина твоего одиночества? У тебя нет любимого человека, верных друзей или тебя не понимают родители? Возможно, дело в твоей скромности или комплексах. У тебя не получается расслабиться даже в самой веселой компании. Ни одна живая душа не догадывается, что ты чувствуешь на самом деле. Ты не такой, как все. В ящике письменного стола у тебя лежит дневник, которому ты доверяешь самые сокровенные мысли. Герои любимых книг для тебя реальнее живых людей. Ты существуешь в своей, параллельной реальности и не допускаешь туда близких. Что ж, если тебя не тяготит такое положение дел, тогда и менять ничего не нужно. Может, ты творческая личность и когда-нибудь создашь нечто такое, отчего весь мир ахнет. Но если тебя все это категорически не устраивает, но ты не знаешь, как преодолеть свою замкнутость и стеснительность, начни с малого - почаще бывай на людях. Поначалу будет неуютно, но не поддавайся желанию обратно залезть в свою раковину. И тогда через некоторое время ты почувствуешь себя гораздо увереннее и свободнее.

Ты перешел в другую школу или поступил в институт, одним словом, оказался в незнакомом коллективе? Не удивляйся, что некоторое время ты будешь чувствовать себя некомфортно. Это пройдет, как только ты познакомишься со всеми поближе и разберешься, что к чему. Для того чтобы быстро освоиться, надо просто быть собой. Неестественность всегда заметна и ничего, кроме раздражения, не вызывает. Вместо уважения заслужишь издевки и косые взгляды. Поэтому не стремись казаться тем, кем не являешься. Не пытайся установить свои правила. Лучше присмотрись, кто с кем дружит, кто пользуется популярностью, какие у окружающих интересы. Если все одеты скромно, а ты демонстрируешь на себе шедевры дизайнерского искусства, зависть и неприязнь тебе обеспечены. И главное - не жди, пока тебе кто-то предложит дружбу, предлагай ее сам. Причин непопулярности у противоположного пола может быть несколько. Например, ты просто не готов для каких-либо отношений. Конечно, как и все, ты мечтаешь о любимом человеке. Но, появись он прямо сейчас, ты уверен, что не сбежишь, не испугаешься? Ведь мечтать это одно, а встречаться с кем-то - совсем другое. Скорее всего, молодые люди или девушки интуитивно чувствуют твою неготовность и обходят тебя стороной. Также возможно, ты чересчур скромен или застенчив. И то и другое отпугивает людей. Недопустимо ходить по улицам с несчастным видом никому не нужного человека и мольбой в глазах: "Обратите на меня внимание, ну хоть кто-нибудь!"

"Еще год назад я была очень замкнутым, закомплексованным человеком, не желающим признать даже свои очевидные достоинства. Одноклассники смеялись надо мной, не особо стесняясь в выражениях. Друзей, которые бы меня поддержали, у меня не было. Я была уверена, что у меня ужасная внешность, что я не особо умна. Как ни странно, помогла мне ненавистная в то время школа. Я поставила себе цель: сдать все экзамены на пятерки. И сделала это! Учителя меня зауважали. А я написала программу исправления собственной жизни. Начала читать книги по психологии и философии, слушать классическую музыку и джаз. Первым обретенным мною другом стал... учитель по информатике! Мы вместе ходили на концерты, обменивались дисками. Потом я познакомилась с компанией молодых людей, увлекающихся русским роком. Мне открылся целый мир! К тому же эти парни стали моими друзьями, а с одним из них я встречаюсь вот уже восемь месяцев. Мы любим и ценим друг друга. Он часто говорит, что никого красивее и умнее меня никогда не встречал". Это история моей близкой подруги. А знаешь, как я с ней познакомилась? Она шла со смешным рюкзаком за спиной, в майке с названием моей любимой группы. Более красивого человека я не встречала никогда. Она улыбалась, ее походка была уверенна, прекрасная осанка... Видно было, что она открыта миру, и подойти к ней было совсем не страшно.

Наполни свою жизнь интересными событиями, глобальными достижениями и маленькими победами. Научись нравиться себе, а любимый человек, которого ты так ждешь, появится по закону вредности именно в тот момент, когда ты будешь очень занятым и оттого окрыленным.

Иногда одиночество появляется без причины и так же внезапно исчезает. Такое происходит, когда твой организм устал и нуждается в передышке. Что ж, побудь наедине с собой и своими мыслями и снова обретешь потребность в общении.

Мария ДЕБАБОВА.

Такие разные

Такие разные загадки

Все дети любят отгадывать загадки. Но можно это увлекательное занятие превратить в еще более увлекательную игру, особенно если собралось несколько ребятишек.

Загадочный диктант

Эта игра хороша для небольшого количества детишек дошкольного возраста.

Ведущий загадывает загадки, а дети молча отгадывают, а затем показывают ведущему рисунок с отгадкой.

После окончания игры можно устроить выставку рисунков с вручением поощрительных призов.

Города

Каждый играющий берет себе 10 городов, которые он должен защищать. Чтобы не возникало путаницы, перед началом игры нужно проверить, не повторяются ли названия городов.

Ведущий загадывает первую загадку. Все играющие по очереди тихонько говорят ему ответ. Тот, кто ошибся, "сдает" один город. Выигравшим считается тот, кто за всю игру (10 загадок) "сдал" меньшее количество городов.

Второй тур: еще 10 загадок. Тот, кто отгадывает загадку правильно, получает назад один из ранее сданных им городов.

Третий тур: еще 10 загадок со сдачей городов за неправильный ответ.

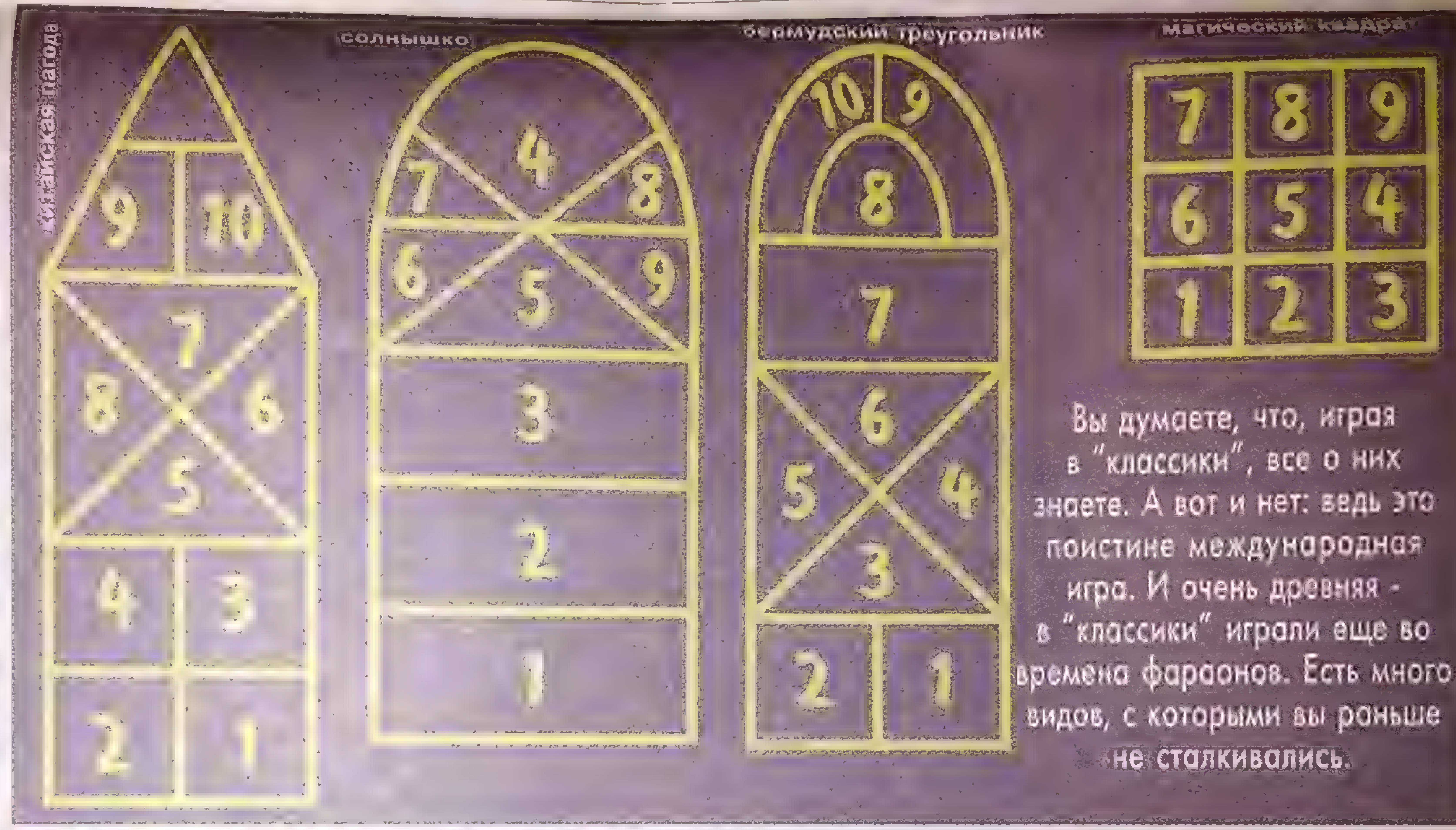
После окончания третьего тура определяются победители и проигравшие.

Бабка

Все играющие садятся в ряд. Первый загадывает загадку своему соседу. Тот, если он отгадал ее правильно, загадывает свою загадку следующему игроку, и так далее. Загадки идут по цепочке до конца ряда и возвращаются обратно.

Если кто-то не сумел отгадать загадку с первого раза, ему даются еще две попытки. В случае проигрыша он становится "старой глупой бабкой" и садится в конец ряда.

Надежда НОСОВА, психолог.



Классики международного масштаба

Обычно число клеток в "классиках" совпадает с числом классов в школе той страны, где происходит игра.

На асфальте чертится фигура "классов". Длина клеток - от 30 до 50 см, ширина - 50 см. Клетки обозначаются цифрами.

Правила игры, конечно, всем известны. Есть клетки, на которые наступать нельзя: "огонь" - попадая на него ногой или битой, вы пропускаете ход, а все пройденные вами уровни "сгорают", и "болото" - если наступить в него, то вы завязнете и должны будете проходить каждый уровень "классиков" по три раза.

Мария КОШКИНА, преподаватель физкультуры.

Напишите мне письмо

Привет всем!

Меня зовут Катюха! Мне 13 лет, знак Зодиака - Рак, по восточному гороскопу - Обезьяна. Я учусь в 8-м классе. Хожу в художественную школу. Люблю танцевать. Раньше занималась спортивной аэробикой. Слушаю "Фактор-2", "Ненси", "Блокбастер", Ираклия Пирцхалаву. У меня светло-русые волосы, голубые глаза, рост 160 см. Дома живет попугай Кеша. Хочу переписываться с мальчиками 13-14 лет. Пишите все, кому не лень! Присылайте фотки. Отвечу 100 процентов! Пишите! Жду писем!

Мой адрес:** **г. Барнаул, ул. Солнцева, д. 15, кв. 29. Екатерине МАЙ.

Привет всем! Меня зовут Лена. По знаку Зодиака - Рак. По восточному гороскопу - Собака. Мне 11 лет. Люблю танцевать, слушать музыку, читать, рисовать животных. Волосы русые, глаза голубые. Люблю яркие цвета. Характер нормальный, рост 140 см. Хочу познакомиться по переписке с мальчиками от 11 до 12 лет. Берите ручку, листочек и пишите письмо.

Мой адрес:** **Алтайский край, Тальменский р-н, пос. Среднесибирский, ул. Вишневая, д. 21. Елене ЛЕВАШОВОЙ.

Гелениум

Эхинацея

Цветут в конце лета и осенью

Конец лета не только период созревания и уборки урожая, но и время цветения многих декоративных растений.

Ацидантера

Ацидантера. Внешне растение напоминает гладиолус, но цветы ацидантеры имеют тонкий приятный аромат. Соцветия невысокие - около 80-90 см. Окраска лепестков не отличается разнообразием - как правило, лепестки белые с темно-красным или фиолетовым "глазком". Луковицы не выносят морозов, поэтому на зиму их нужно выкапывать и хранить при комнатной температуре. Высаживают ацидантеру в середине мая на расстоянии 20 см друг от друга.

Гелениум. Многолетнее травянистое растение высотой 100-150 см. Соцветия густые, пышные, образуют яркие цветовые пятна. Окраска у различных сортов варьируется от желтой до темно-красной. Гелениум неприхотлив, но не переносит весеннего за-

срезанном виде. Раз в 4-5 лет кусты

ЧУДО-СТИРАЛЬНАЯ МАШИНКА - НА ЛАДОНИ

Еще совершеннее, качественнее, надежнее!

www.ksin.ru

Лидер продаж!

Не имеет мировых аналогов. Одобрена к применению, не оказывает неблагоприятных воздействий. Качество продукции соответствует мировым стандартам

- Суперминиатюрная ультразвуковая машина, вес всего 200 г.
- Может перестирать горы белья в емкостях любого объема. При любой температуре воды! Бесшумно!
- Просто положите машинку в таз или ванну, наполненную бельем, и оно будет чистым! Ультразвук образует микропузырьки, которые выбивают грязь из волокон.
- Сверхэкономична: потребляет электроэнергии 3 Вт, что в 30 раз меньше, чем электролампочка, и в 300 раз меньше, чем любая стиральная машина!
- Обеспечивает высокое качество стирки без кипячения, без отбеливания, при пользовании только хозяйственным мылом или недорогим стиральным порошком, без механической деформации белья!
- Очищает ткань изнутри волокон, обновляя ее цвет. Любой степени загрязненности, любую габаритную одежду (одеяло, зимнюю одежду)!
- Отправляясь в поездку, на дачу или в деревню, возьмите машинку с собой!

СУПЕРАКЦИЯ

Цена с оплатой при получении на почте 1490 руб.
При заказе от 2 шт. - цена 1390 руб. за шт.

Заказать чудо-машину Вы можете по тел. 8(8332) 30-01-71, 31-04-63 или написав заявку по адресу: 610000, г. Киров, а/я 30, отдел 64.

Комары - обязательные обитатели каждого сада. Вечером, когда солнце уже совсем не горячее и можно спокойно поработать, эти писклявые кровопийцы роем вьются над садоводом. Иногда их укусы становятся причиной кожных раздражений или долго незаживающих язвочек. Одним словом, от комаров никакой пользы, кроме вреда.

ТОВАРЫ - ПОЧТОЙ

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор "Золушка" на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1295 р.**
Инкубатор "Золушка" на 70 яиц (220 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1071 р.**
Инкубатор "Золушка" на 100 яиц (220 В, ручной переворот яиц) **1000 р.**
Инкубатор "Золушка" на 45 яиц (220 В, ручной переворот яиц, гарантия 18 мес.) **880 р.**
Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1753 р.**
Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **1096 р.**
Эл. сепаратор "Нептун" **1585 р.**
Озонатор (220/12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1727 р.**
Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1540 р.**
Цена включает все затраты и действительна **до 31.08.2005 г.**
ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, телефон 8-383-2-74-04-42.

Рыбы против комаров

Отпугивать этих надоедливых насекомых можно дымом (от костра или сигарет), что совсем не полезно и для человека, химикатами, которые не всегда доступны и действуют ограниченное время, наконец, можно изничтожить личинок комаров, и тогда взрослые особи не появятся на свет. Для борьбы с личинками опять использовать химикаты? Возможно, но личинки живут в самых разных водоемах, это может быть и дачный бассейн, и мини-прудик. Обитают они и в бочке с водой для полива растений. Не хотелось бы наливать туда ядовитую "химию".

В этом случае отлично срабатывает биологический способ, предложенный нашим постоянным читателем Сергеем Б.

Ацидантера

прихотлив, но не переносит весеннего затопления талыми водами. Цветы долго не вянут даже в срезанном виде. Раз в 4-5 лет кусты гелениума нужно делить на несколько частей.

Эхинацея. Характерная особенность этого цветка - опущенные вниз лепестки. Причем они не распускаются, как у обычных "ромашек", а увеличиваются в размерах. Цветы бывают только двух окрасок: розово-фиолетовой или белой. Взрослые растения формируют до 20-30 цветоносов, которые продолжают распускаться до самых морозов. Серединка соцветий похожа на шишку, она долго не рассыпается, поэтому ее можно использовать для составления зимних букетов.

с личинками опять использовать химикаты? Возможно, но личинки живут в самых разных водоемах, это может быть и дачный бассейн, и мини-прудик. Обитают они и в бочке с водой для полива растений. Не хотелось бы наливать туда ядовитую "химию".

В этом случае отлично срабатывает биологический способ, предложенный нашим постоянным читателем Сергеем Бутровым из Москвы: в емкость с водой нужно запустить одну-две речные рыбы, которые питаются личинками, например речного окуня. Всего через несколько дней признаки комариной жизни исчезнут. Куда после этого девать "водяных санитаров" - решайте сами. Но обычно их отпускают обратно в реку. Заслужили!

Хвощ - из сада прочь

В самом факте произрастания хвоща на вашем садовом участке ничего плохого нет. Более того, это растение лекарственное. Отвар травы хвоща применяют как мочегонное средство, а экстракт входит в состав препарата "Мателин".

Недавно приобрел участок земли для сада. На территории растет очень много хвоща. Хорошо это или плохо и как можно избавиться от этого растения?

Михаил МИШИН.
г. Чехов Московской области.

Для хвоща особенно подходят кислые почвы, поэтому его считают достаточно точным индикатором кислотности. Если вы проведете известкование садовой почвы (для этого нужно разбросать перед перекопкой 100-200 г гашеной извести на квадратный метр), то вы измените кислотность почвы и тем самым сделаете условия для роста хвоща менее комфортными.

В стеблях и листьях хвоща содержится достаточно много соединений кремния, поэтому растение на ощупь кажется более жестким, чем другие травы. Этим свойством хвоща нередко пользуются туристы и путешественники - они используют пучки листьев и стеблей вместо мочалки. Котелки и чашки оттираются до блеска без каких-либо моющих средств.

В прошлом году яблони буквально ломались от обилия плодов, а в этом - ни одного яблочка. Что делать, чтобы избежать такого неравномерного урожая?

Николай СТАРОСТИН.
Москва.

ЕСЛИ УРОЖАЙ БЫВАЕТ ЧЕРЕЗ ГОД

Этой весной на территории Московской области заморозков не было, значит, причина отсутствия урожая - периодичность плодоношения. Это явление в той или иной степени присуще всем плодовым деревьям. В урожайный год дерево расходует много питательных веществ, в результате цветочных почек осенью формируется меньше обычного или вообще не образуется. Совсем избежать периодичности плодоношения нельзя, можно только сократить разрыв между урожайными и неурожайными годами. Делают это несколькими способами. Прежде всего в урожайные годы следует проводить нормировку плодов, то есть удалять лишние завязи и плоды до их созревания. Сначала дерево или отдельные ветки следует потрясти, чтобы опали все слабые или недоразвитые завязи. Более трудоемкая работа - нормировка цветков. В этом случае из соцветия удаляется половина или даже 2/3 бутонов или цветков. Ну и конечно, при обильном урожае необходимы регулярные и своевременные подкормки и поливы.

Раздел ведет обозреватель "Друга дома", агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ.

ПРИВЕТ ОТ ДЕДА МОРОЗА!

Ваш старый добрый сработанный еще в советские времена холодильник, похоже, выработал свой ресурс... Трещит, но уже плохо морозит, под дверцей на полу появляются лужицы. Или, к примеру, он ну никак не вписывается во вновь оборудованный интерьер кухни. А эта вечно намерзающая "шуба" в морозильной камере, такая, что вмерзшие куски продукта приходится отдирать от стенок с помощью ножа! Одним словом, нужно избавляться от старого, покупать новый холодильник. С чего начать? Ведь выбор так огромен!

Конечно, в первую очередь покупатель определяется с объемом холодильника, поскольку большая семья нуждается в хранении большого количества съестного.

Вторым критерием является уровень технологии, то есть уровень технических возможностей холодильника.

И немаловажна, конечно, цена прибора. Для некоторых этот критерий может оказаться определяющим.

Большое значение имеют отделка, дизайн холодильника, ведь простая белая эмаль его коробки уже приелась.

Конечно, более практичной будет покупка большого холодильника. Его объем, как правило, не менее 400 литров. Морозильная камера будет занимать примерно четверть этого объема, что вполне достаточно для семьи из четырех человек.

Кстати, не следует думать, что в большом холодильнике остается слишком много места, оно необходимо для того, чтобы продукты обдувались холодом и дольше хранились.

Очень популярными среди потребителей стали безинеевые холодильники с маркировкой NO-FROST. Эта система обеспечивает глубокое замораживание продуктов и снижает "морозный ожог", обычно лишающий их естественных соков при размораживании.

Другое преимущество этой системы заключается в том, что она устраняет неприятную смесь запахов продуктов в холодильнике и позволяет создать в нем несколько климатических зон: для замороженных продуктов, для салатов при нулевой температуре в течение нескольких дней. Они будут такими же сочными, питательные вещества и витамины не исчезнут. Высокая влажность (до 90%) существенно замедляет процессы созревания и увядания овощей и фруктов.

Если система NO-FROST не допускает намерзания инея и льда, то целый класс холодильников, не обеспеченный ею, справляется с этой проблемой циклически. То есть намерзание происходит, но через установленный интервал времени идет саморазмораживание, а иней удаляется, не причиняя владельцам никаких хлопот.

Некоторые фирмы-производители используют в своих моделях холодильников систему охлаждения с окружающим с трех сторон множественным воздушным потоком. Например, несколько антибиотических дезодораторов поддерживают чистоту воздуха в холодильнике, удаляя из него как запахи, так и бактерии.

Хороший холодильник виден сразу: это дизайн, расцветка, на которые приятно смотреть. В качестве наружной отделки используются сталь, стекло, пластик, алюминий и даже зеркала.

Внутренность холодильника также весьма красноречиво говорит о достигнутом качестве. Например, подсветка. Если она качественная, то это, как правило, не единственная лампочка

Любителей комфорта не в последнюю очередь заинтересует шумность работы компрессоров и вентиляторов. И это тоже показатель качества. Хотя полностью избежать шума не удается, тем не менее можно приобрести холодильник, имеющий *систему режима "Сон", который обеспечивает бесшумную работу* холодильника в течение двух часов, чего вполне достаточно для того, чтобы спокойно уснуть.

Большинство холодильников имеют возможность пере-

этот критерий может оказаться определяющим.

Большое значение имеют отделка, дизайн холодильника, ведь простая белая эмаль его коробки уже приелась.

А теперь подробнее. Опытный покупатель, подойдя к понравившемуся холодильнику и только взглянув на таблички с символами, без труда определит, что, к примеру, четыре звез-

дочки (снежинки) свидетельствуют о том, что аппарат может снижать температуру до минус 24 градусов. Или, скажем, буквы A, B, C показывают экономичность холодильника. Буква D определяет промежуточное значение; буквы E, F, G говорят о том, что прибор имеет высокое и очень высокое энергопотребление.

Кстати, мнение о том, что энергосбережение холодильника достигается за счет менее мощных компрессоров, ошибочно: скорее всего, аппарат имеет более качественную теплоизоляцию или оснащен более точной контролирующей электроникой, способной чутко реагировать на заданную вами температуру. Такая электроника выключает компрессор именно после достигнутой температуры, а не "гоняет" его установленное регулятором

приятную смесь запахов продуктов в холодильнике и позволяет создать в нем несколько климатических зон: для замораживания и для поддержания свежести продуктов при нулевой температуре во "влажной" и "сухой" зонах свежести. Это качество особенно ценно для тех, кто не любит каждый день ходить по магазинам, но любит постоянно иметь свежие продукты в холодильнике.

"Сухая" зона (Cool) имеет нулевую температуру хранения, которая обеспечивает свежее состояние мяса, птицы, рыбы и других морепродуктов в течение недели.

"Влажная" зона (Fresh and Cool) обеспечивает хранение овощей, фруктов и даже нежных

ным потоком. Это позволяет достичь такого эффекта, при котором можно загрузить до 90% объема холодильника продуктами, и они останутся свежими, поскольку омываются холодом со всех сторон.

Есть холодильники, которые оборудованы не одним, а двумя вентиляторами, как для морозильной, так и для холодильной камеры. Они раздельно уравнивают охлаждение в каждой камере. Чтобы предотвратить неизбежную утечку холодного воздуха, когда открыта дверца, в течение минуты из отверстий в передней части камеры подается резко увеличенный поток холодного воздуха. Есть также функция быстрого (в три-четыре раза) охлаждения, чтобы быстрее охладить продукты, загруженные на полки в нише дверцы.

Какими бы эффективными ни были новейшие технологии устройства холодильников, но неприятные запахи в них все же появляются. Виной тому газообразный этилен, который воздействует на хранящиеся продукты. Поэтому некоторые фирмы устанавливают в своих моделях специальные фильтры, которые поглощают этилен.

пользуются сталь, стекло, пластик, алюминий и даже зеркала.

Внутренность холодильника также весьма красноречиво говорит о достигнутом качестве. Например, подсветка. Если она качественная, то это, как правило, не единственная лампочка накаливания в 15 Вт, а мощные галогеновые светильники, заливающие мягким светом все уголки холодильника. Полки и контейнеры изготовлены из ударопрочной прозрачной пластмассы, способной противостоять царапинам, легко моющиеся и красивые. Крышки контейнеров герметичны и легко открываются. Стекло на полках всегда ударопрочное, о чем должно сказать клеймение на его поверхности.

Обязательно поинтересуйтесь, имеет ли холодильник электронные системы контроля влажности и температуры. Это важно, поскольку от них зависит качество продуктов.

холодильник, имеющий систему режима "Сон", который обеспечивает бесшумную работу

холодильника в течение двух часов, чего вполне достаточно для того, чтобы спокойно уснуть.

Большинство холодильников имеют возможность перевешивания дверей для правого или левого открывания. Есть модели, имеющие двухстворчатые двери. Они, как правило, шире обычных, более вместительные, не имеют вертикального разделения. Это удобно для того, чтобы заложить на хранение целого осетра, даже поросенка.

Таким образом, выбор огромен, удовлетворит любой вкус. Нужно только определиться, что нужно вам. А цена... Так ведь вещь приобретается не на один год: холодильник - товар длительного пользования.

Сергей ДМИТРИЕВ.

ЧТОБЫ ВКУСНЫМ БЫЛ ШАШЛЫК

Что может быть вкуснее шашлыка или куска рыбы с дымком, приготовленных собственными руками на открытом воздухе, да в кругу друзей? Вот поэтому многие, приезжая на дачу, сразу начинают готовиться к вечерней процедуре готовки, как правило, уже имея замаринованное мясо. У каждого свои кулинарные секреты, но немногие имеют нормальный очаг для приготовления. Конечно, можно обойтись мангалом из листового железа, но куда вкуснее продукт, приготовленный на очаге из натурального камня.

В самом деле, после постройки дачного дома почти всегда остаются излишки кирпича, камня, цемент, песок. Поэтому можно взяться за обустройство очага. Если построить его качественно, то он прослужит очень долго, а процесс приготовления пищи станет привычным и несложным.

В первую очередь следует определиться с местом вашего очага. Лучше, если это будет уголок, закрытый от основных ветров, а также в некотором удалении от места, где находятся люди.

Особенно внимательно надо отнестись к тому, чтобы дым не мешал соседям, чтобы над очагом не было веток деревьев и деревянных построек вблизи.

Если нет тихого места, то в последующем придется закрывать огонь от ветра экраном или, в крайнем случае, листом той же жести.

Для начала желательно подготовить основание под очаг, оно должно быть твердым, желательно забетонированным. По его готовности на основание укладывают ряды кирпичной кладки, выводя цоколь будущего очага, как показано на **рисунке 1**, до ряда поперечной клад- [illegible]

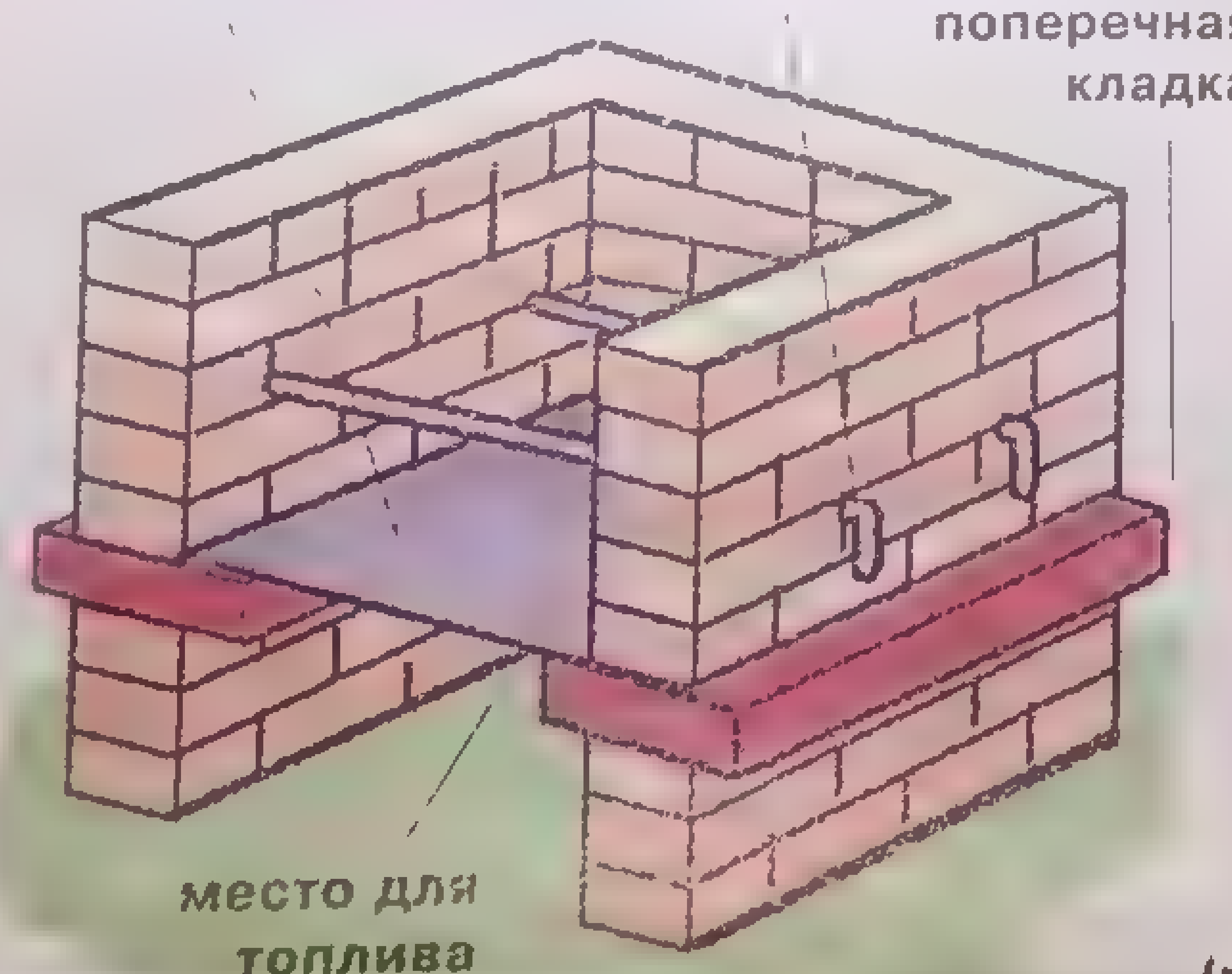


Рисунок 1. Очаг (мангал) из кирпича.

ТЕХНОСОФТ – Компьютерный центр
г. Москва, ул. Старая Басманная, д. 25
(095) 261-3401 E-mail: contacts@pclife.ru

Intel, логотип Intel, Intel Inside, логотип Intel Inside, Intel Centrino, логотип Intel Centrino, Celeron, Intel Xeon, Intel SpeedStep, Itanium, Pentium и Pentium III Xeon являются товарными знаками или зарегистрированными товарными знаками корпорации Intel и ее подразделений в США и других странах

ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ!
Преобразователь электрической энергии «КАРАСЬ»

...до ряда поперечной кладки. Высота цоколя определяется удобством пользования, а он сам понадобится для хранения дров (углей).

По готовности цоколя укладывают кирпич поперек цокольной кладки, который служит как выступ для поддона внутри и как слив для воды снаружи.

На поперечную кладку выкладывают стенки для защиты огня в очаге от ветра. Высота стенок может быть различной, но надо помнить, что те же шампуры должны опираться на планки, роль которых в нашем случае выполняют две проволоки диаметром 8-10 мм. Их можно встроить в раствор между кирпичами, а наружные концы загнуть заранее.

Если очаг планируется использовать для барбекю, то надо подумать о местах укладывания решетки. Сделать это легко, если при кладке стенок против ветра вмонтировать толстые гвозди или отрезки проволоки на одних уровнях от поддона жаровни. Примерно так укладываются полки на выступы в мебельных шкафах или тумбах.

Что касается самого поддона, то это может быть лист железа, но с отогнутым выступом впереди и вверх для того, чтобы не высыпались угли.

Другой вариант открытого очага показан на **рисунке 2**. В его основе - различные камни, причем размеры их не имеют особого значения. Очаг может иметь разные формы, но неплохо смотрится круглый.

Камни выкладывают по заранее размеченному кругу на обычный цементно-песчаный раствор. Начинают выкладывать камень по периметру к середине. Ее, кстати, можно выполнить в последнюю очередь. Середина является основанием для очага.

Подставки для шампуров можно изготовить из проволоки, выгнув их в форме буквы "П" и расположив напротив друг друга, оставив зону очага между ними. Можно сделать, как показано на **рисунке 2**, круговую подставку. Для этого надо выгнуть из проволоки несколько стоек, в их верхние отверстия вставить проволоку такого же диаметра и вмазать их в раствор при кладке.

Таким образом, после застывания цемента, получится приподнятое над очагом кольцо, на которое можно укладывать не только шампуры, но и решетку барбекю.

На **рисунке 3** показан вариант оборудования закрытого от дождя места для готовки шашлыка или барбекю.

Здесь применяется обычный металлический мангал из тех, что есть в продаже. Он установлен у забора, а потому не задувается ветром.

В нашем случае мангал отнесен от деревянного забора на 30-40 см, а для пожарной безопасности защищен металлическим листом-экраном. Сам лист крепится к двум забитым в грунт трубам, а к ним, в свою очередь, можно прикрепить дымосборный фартук с небольшой вытяжной трубой. Для большей устойчивости конструкция через кронштейны крепится к прожилинам забора. Таким образом, мангал будет всегда сухой, а готовить можно даже в дождь.

Конечно, можно не возиться с раствором и камнями, а приобрести готовые мангалы, тележки для барбекю на сжиженном газе или электрические, однако разве они могут сравниться с очагом, возведенным собственными руками? А во-вторых, цена этих приборов с электронными таймерами такова, что вариант самодельного очага, на наш взгляд, более приемлем.

И последнее. Огонь - не только друг, он и враг, причем довольно опасный. Поэтому будет полезным усвоить несколько правил.

Никогда не надевайте свисающей одежды или галстуков при работе у очага - они могут вспыхнуть.

Чтобы не суетиться при гостях, подготовьте все заранее. Ведь у очага должен быть только один человек, а советчики, дети и домашние животные должны быть на безопасном расстоянии.

Инструмент для очага должен быть особым: вилки, щипцы, нож, вертелы - все должно быть на длинных ручках. Можно применить и ухватки, главное - не обжечься.

Для разжигания топлива желательно использовать специальные спички, а не зажигалку. Поджигать уголь лучше в нескольких местах, а не с одной стороны. Сам уголь надо не насыпать горкой, а укладывать рядами.

Некоторые считают, что для получения жара подойдут любые дрова, но это не так. Одно дело - вымучивать (пересушивать) продукт до готовности на обычных еловых дровах, другое - быстро приготовить сочное мясо на жарких березовых углях.

Кстати, об углях. Никогда не приступайте к делу, пока не уляжется пламя, а угли не подернутся пеплом, иначе придется потом неоднократно его тушить.

Приятного аппетита!

Сергей ДМИТРИЕВ.

Рисунок 1. Очаг (мангал) из кирпича.

Рисунок 2. Открытый очаг.

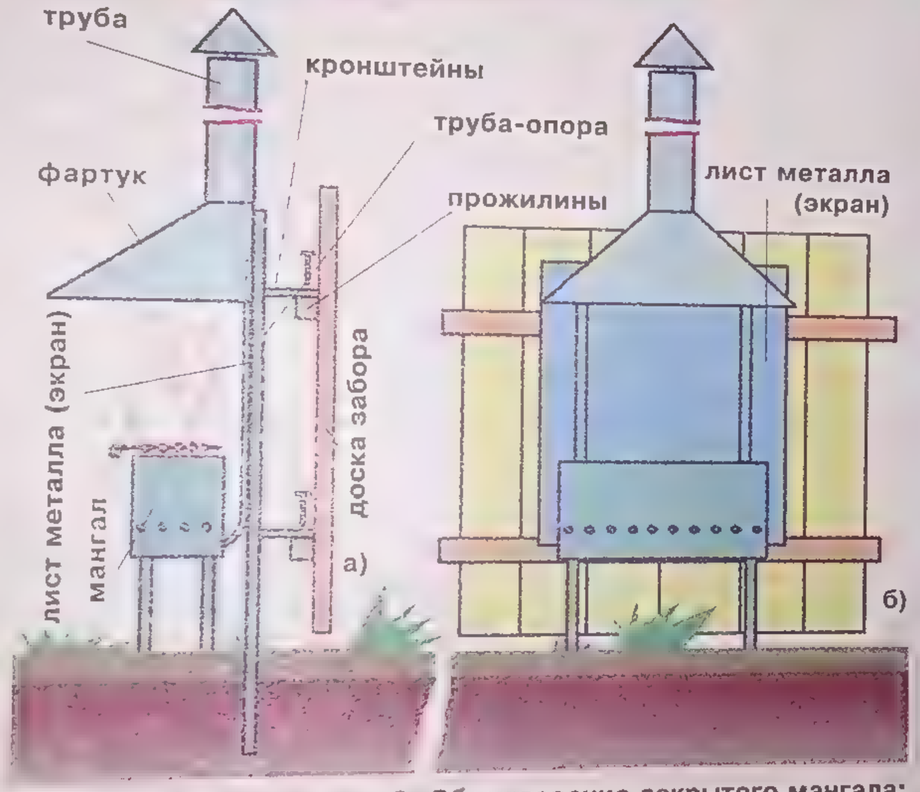


Рисунок 3. Оборудование закрытого мангала: а) профиль; б) вид спереди.

...зарегистрированными товарными знаками корпорации Intel и ее подразделений в США и других странах.

ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ!

Преобразователь электрической энергии «КАРАСЬ»

Предназначен для отлова рыб-производителей, больной, сорной рыбы без причинения вреда рыбе и окружающей среде. Принцип работы основан на анодной реакции рыб.

Технические характеристики

Напряжение питания	12В (аккумуляторная батарея)
Максимальная мощность	400 Вт
Радиус действия	до 4 метров
Габаритные размеры	190x116x68 мм
Масса	0,8 кг

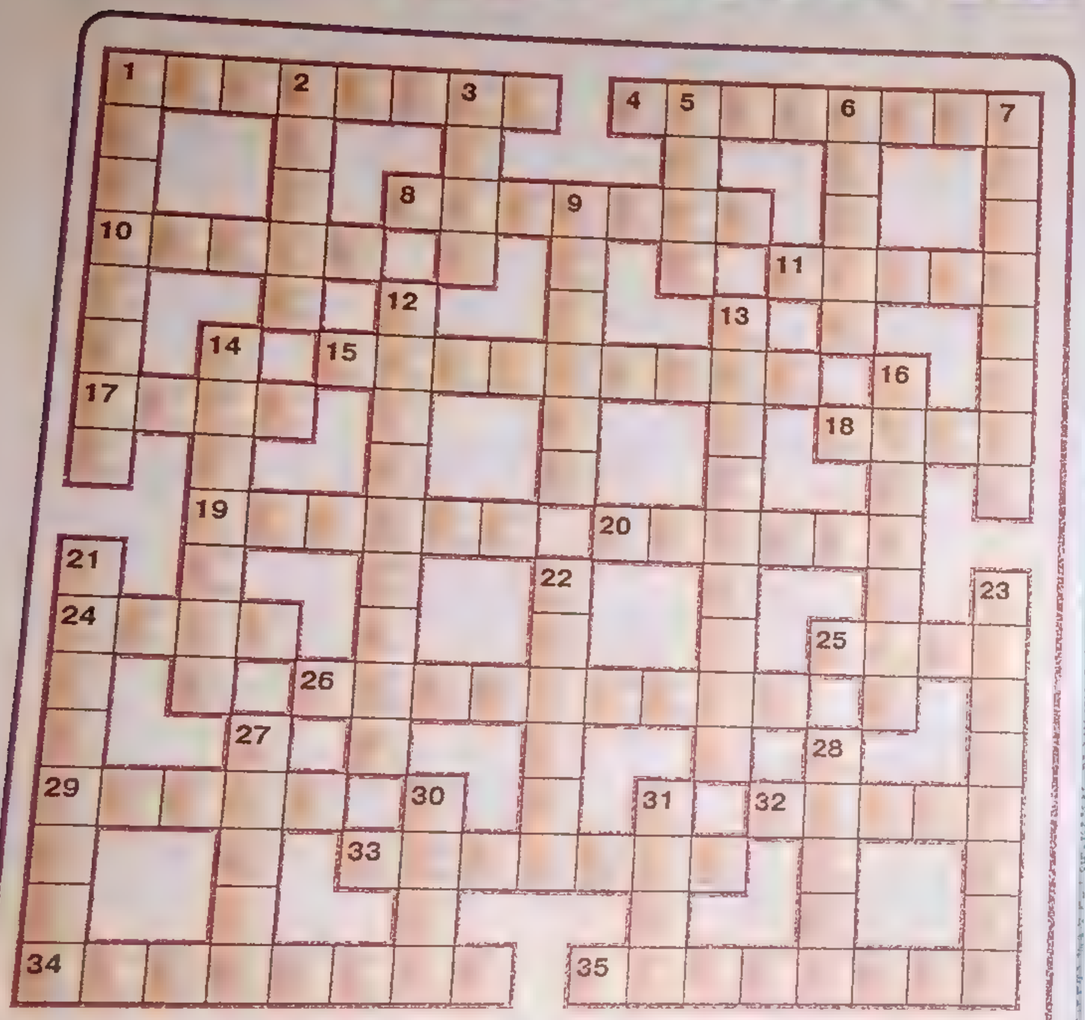
Регулируемая частота и скважность.
Изделие сертифицировано.

Гарантия 1 год.
Отпускная цена 1280 руб.

Возможна отправка по почте наложенным платежом.
Стоимость 1540 руб. (цена прибора + почтовые сборы + оплата перевода).

Заявки по адресу:
630129, г. Новосибирск 129, а/я 80
ООО «ОЛСА-СЕРВИС» Тел. 8 (383-2) 74-04-42

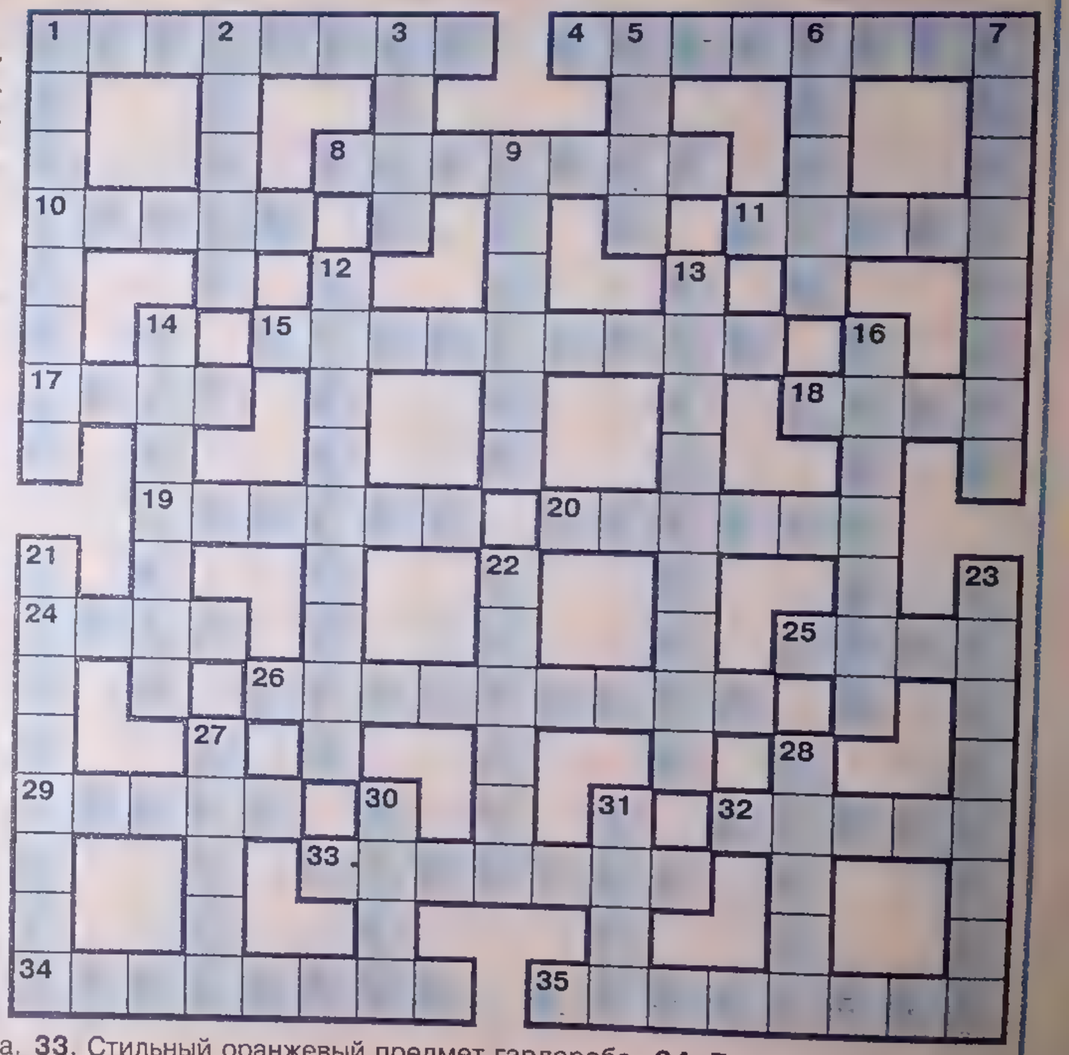
СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ



ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. 1. Мужчина, делающий все без брака. 4. Оболочка яйца. 8. Яркая чешуйка на платье. 10. Продажное место. 11. Выступ под глазом. 15. Проталкивание молодой певицы в звезды. 17. Синий, зеленый, беж. 18. Непростой характер. 19. Борьба с пылью. 20. Емкость, из которой поэт пил с няней. 24. Зверь, которому белый свет не мил. 25. Плюс тридцать в тени. 26. Этап, сменяющий разрушение. 29. У смокинга он есть, у жилета - нет. 32. Не тетка, а средство для похудения. 33. Оберег с лошадиной ноги. 34. "Кузен" апельсина. 35. Ягода, открыто заявляющая о своей ориентации.

По вертикали. 1. Коробка для батонов и багетов. 2. Музыкальный инструмент, в котором труб больше, чем во всем симфоническом оркестре. 3. Увлечение для детей памперсного возраста. 5. Кулич с изюмом. 6. Дорогая вещь к обеду. 7. "Дрянная девчонка" бульварного чтива. 9. Процесс борьбы с грязным бельем. 12. Магазин для тех, кто без



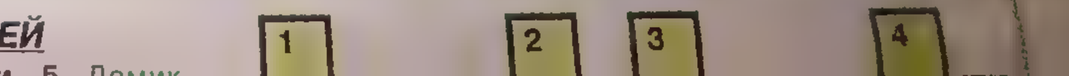
ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 1. "Палочка-выручалочка" для сломанного механизма. 4. Чувство нюха. 8. У Пушкина - медный, у Рида - без головы. 10. Лучший учитель, который, к сожалению, убивает всех своих учеников. 11. Житие, определяющее сознание. 15. Место, где люди окончательно отрываются от земли. 17. Выдающийся зуб у вампира. 18. Снятое оператором под крики режиссера. 19. Пророк в своем отечестве. 20. Одежда для водноголовых игр. 24. Настил на коварном болоте. 25. 1,852 км для лоцмана. 26. Микеланджело как отсекатель всего лишнего. 29. Эскадрон без всадников. 32. Адская атмосфера. 33. Стильный оранжевый предмет гардероба. 34. Передовой дозор. 35. Тягомотное оформление документов.

По вертикали. 1. Несерьезный засов. 2. Мусульманская "самокрутка". 3. Речь, от которой вздрагивают. 5. Пляжный сквозняк. 6. Какао "Золотой ...". 7. Солдат-"единолычник". 9. Портит бочку меда. 12. Наведение на правильный ход размышлений. 13. Морпехи на подмогу агенту 007. 14. Кайф заморенного червячка. 16. Добрыня при Поповиче. 21. Хранилище шашек и домино. 22. Союз, объединение. 23. Внутреннее трение. 27. Первый русский писатель, получивший Нобелевскую премию по литературе. 28. Сияющий пик славы. 30. Благоприятный случай получить разочарование. 31. Естественный водоем, который не изображают на картах.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 5. Домик



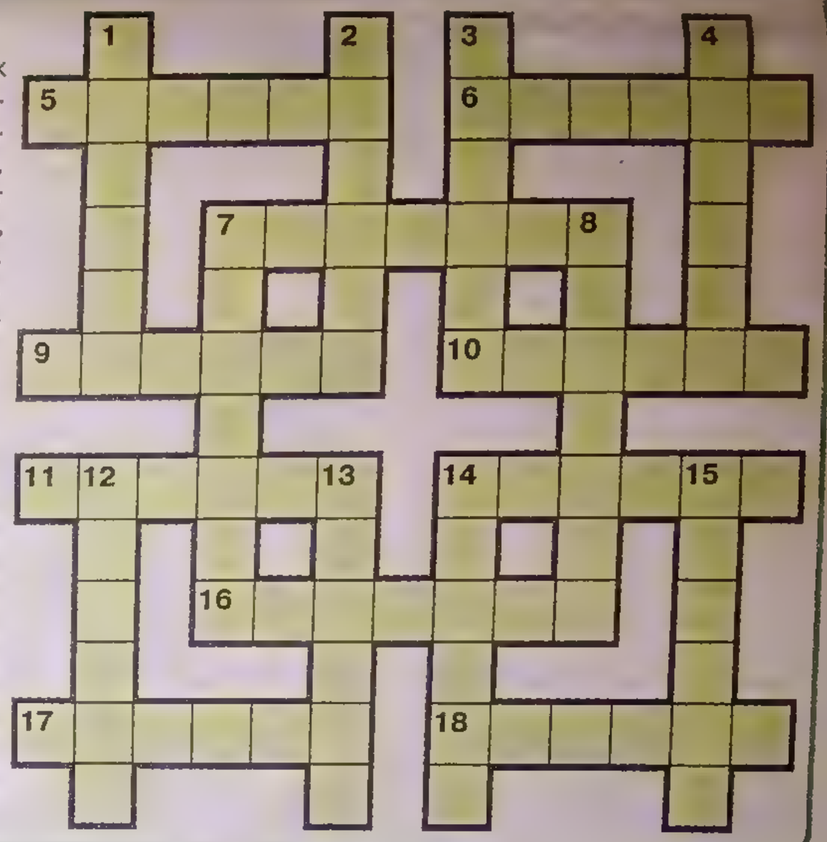
мом. 6. Дорогая вещь к обеду. 7. "Дрянная девчонка" бульварного чтива. 9. Процесс борьбы с грязным бельем. 12. Магазин для тех, кто без закуски не пьет, а готовить не умеет. 13. Познавательная прогулка с гидом. 14. Леденец с гребешком. 16. Она пособила Тесею выбраться из лабиринта. 21. Устройство для подглядывания за интимной жизнью рыбок. 22. Источник с ключевой водой. 23. Имя балерины Дункан, жены Сергея Есенина. 27. Человечество отдельно взятой страны. 28. Сундук из бересты. 30. "До старости щенок" в лошадином роду. 31. Валюта, обогнавшая доллар.

Рисунок Виктора ФЕДОРОВА.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 5. Домик Шарика. 6. Бродяга, поющий у костра. 7. Мифический мужчина мощностью в одну лошадиную силу. 9. Шпилька туфельки. 10. Специалист по подсказываниям. 11. Пропасть или великое множество. 14. Как по-гречески называется вся художественная литература в отличие от остальной? 16. "Двунога" чертежника. 17. Напарник Шпунтика. 18. Цифра, появляющаяся в дневнике после выхода к доске.

По вертикали. 1. "Где отвага, там и ..." (поговорка). 2. Воин на поле Куликовом. 3. Самая крупная птица. 4. Колющий конец иголки. 7. Шахта, утоляющая жажду. 8. "Художник" среди черепашек-ниндзя. 12. Лес с шишками. 13. Континент, где хулиганил Бармалей. 14. Самая далекая от Солнца планета. 15. Тянучая конфетка, на фантике которой когда-то был изображен кот с бантиком.



Ответы на кроссворды, напечатанные в № 29

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. 1. Голь. 4. Хвост. 7. Очаг. 8. Сюжет. 9. Ольха. 10. Сова. 13. Ибис. 14. Йогурт. 16. Анис. 17. Ирис. 19. Алле. 21. Волчек. 22. Аура. 24. Смак. 25. Бега. 28. Келья. 29. Пуант. 30. Тени. 31. Загар. 32. Идея.

По вертикали. 1. Гостиница. 2. Лужники. 3. Наив. 5. Вологда. 6. Сахар. 7. Отс. 11. Однолюб. 12. Айсберг. 15. Трескотня. 18. Свадьба. 20. Ломбард. 23. Утеха. 26. Елей. 27. Али.

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 1. Слот. 4. Давка. 7. Омар. 8. Мопед. 9. Фьорд. 10. Адам. 13. Стыд. 14. Анорак. 16. Звон. 17. Рука. 19. Слон. 21. Воздух. 22. Лифт. 24. Зубр. 25. Ялта. 28. Розга. 29. Ущерб. 30. Мост. 31. Пакля. 32. Атас.

По вертикали. 1. Самострел. 2. Отпрыск. 3. Каша. 5. Альфонс. 6. Карта. 7. Ода. 11. Дивизия. 12. Мангуст. 15. Контрабас. 18. Автогол. 20. Лауреат. 23. Икота. 26. "Леон". 27. Аут.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Школа. 4. Опыт. 9. Репетитор. 10. Кино. 11. Ураган. 13. Телевизор. 17. Геракл. 19. Мода. 21. Полотенце. 22. Кран. 23. Наука.

По вертикали. 2. Кипение. 3. Лето. 5. Пирог. 6. Тихоня. 7. Трико. 8. Вторник. 12. Зеркало. 14. Озорник. 15. Огонек. 16. Ранец. 18. "Репка". 20. Утка.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095) 229-88-22

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ксении ДИСТЕРОВОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА и ИТАР-ТАСС.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком Ⓚ, печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 229-88-22. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает. Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г. Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 692-83-65. E-mail: drugdoma@megcon.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в типографии ОАО "Молодая гвардия", Москва, ул. Сущевская, 21, ООО "ДИЛАРКОН". Тираж 130500 экз. Заказ № 3636 Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 28.07.2005 г. в 19.00.
Подписано в печать 28.07.2005 г. в 17.00.

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

ДРУГ ДОМА ©

Выходит четыре раза в месяц

34/386 сентябрь 2005

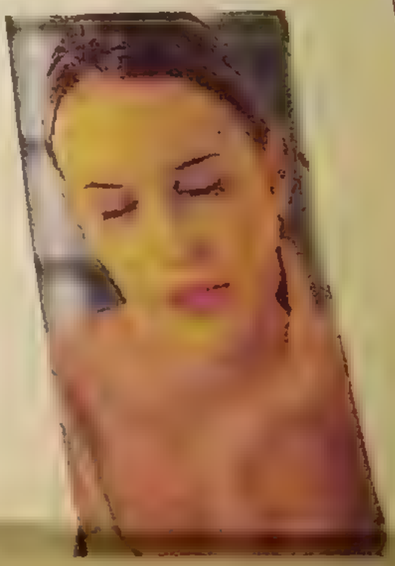
ВРЕМЯ ПИТЬ КРЮШОНЫ

Осень - время крюшонов и коктейлей. Это лучший период поправить здоровье целебными напитками из ягод, трав, плодов... И просто как-то рука не поднимается покупать сейчас спрайт, колу, фанту в пластиковых бутылочках. Ведь даже самый вкусный фабричный коктейль не сравнится с крюшоном, который вы сами можете приготовить в арбузе (его толстая корка сыграет в этом случае роль кувшина).

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ

Измену надо забыть - стр. 4

Плохо, когда сухо - стр. 6



Конечно, можно нарезать арбуз традиционно - дольками. Тоже вкусно, но зато не так интересно. Итак, надо взять спелый арбуз средних размеров, 500 мл апельсинового сока, 200 мл вишневого сиропа, литр содовой или минеральной воды.

У вымытого арбуза срезать крышку (примерно третья его часть), удалить из арбуза мякоть, очистить от косточек и нарезать кубиками. Положить в арбуз лед (лучше замороженный кубиками), влить вишневый сироп и апельсиновый сок. Туда же положить часть кубиков из мякоти арбуза, накрыть крышкой и поставить в холодильник. Через 1-2 часа добавить в арбуз содовую или минеральную воду, хорошо перемешать, накрыть крышкой и подавать на стол.

Крюшон "Красная смородина"

Подготовьте 500 г красной смородины, 100 г сахара, литр минеральной воды.

Ягоды смородины ополосните, очистите от веточек, разомните и через марлю выжмите сок. Полученный сок, сахар и минеральную воду смешайте в крюшоннице или кувшине со льдом.

Ягодный крюшон

Возьмите 500 г клубники, 200 г сахара, 100 мл лимонного сока, литр минеральной воды.

У клубники удалите плодоножки и промойте под струей воды. Уложите ее на дно крюшонницы или кувшина, пересыпьте сахаром и поставьте в холодильник на 1-2 часа. Затем добавьте лимонный сок, лед, минеральную воду. Осторожно перемешайте крюшон, чтобы не размять клубнику, и разлейте его в высокие стаканы или чашки.

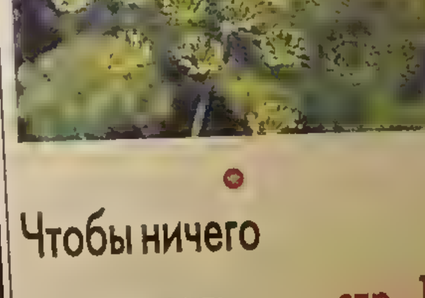
Клубнику можно заменить любой другой ягодой.

Маленький совет: лед для любого крюшона хорошо готовить из отвара трав, например мяты.

Елена ЛОГИНОВА.

ISSN 1563-2334
0771563 233006

Взбодрит шиповник - стр. 7



Кулинарный гороскоп - стр. 11

Как собирать семена - стр. 13

Чтобы ничего не слышать - стр. 15

ПЛЮХ-ПЛЮХ, КАП-КАП...

Здравствуй, "Друг дома"! Недавно на даче произошел со мной забавный случай.

Соседка пригласила меня в гости на блины. Чтобы не идти с пустыми руками, я прихватила с собой свежеприготовленное яблочное пюре. Небольшую баночку съели в тот же вечер, а наутро соседка пришла и попросила рецепт. Я стала рассказывать: "На 1 кг яблок нужно 110-150 г сахара и 250 г воды. Варишь яблоки до тех пор, пока они не станут мягкими. Затем всю массу протираешь через дуршлаг и снова варишь. Постепенно образуется густое равномерное желе, которое в кастрюле делает "плюх-плюх", ну примерно так, как тесто, когда подходит. Пузырьки воздуха в пюре лопаются и капельки подлетают вверх - аж до потолка. В общем, когда масса загус[illegible] - пюре готово". Соседка [illegible]дарила и ушла. А ве[illegible] прибегает ко мне и го[illegible] я варю, варю,

А ПАПА БОЛЬШЕ НЕ УЙДЕТ?

Здравствуйте, уважаемая редакция!

Читаю вашу газету и удивляюсь: такое впечатление, что вам только неудачники пишут, чтобы пожаловаться на свою судьбину горькую. А я вот радостью хочу поделиться, рассказать о своей очень счастливой семье и еще о том, что счастье это терпением и мудростью достигается.

Начало истории достаточно обычное. С Володей мы познакомились на студенческой вечеринке, куда его привел кто-то из наших сокурсников. Наверное, это была любовь с первого взгляда. Последующие два года мы встречались, целовались и строили планы на будущую совместную жизнь. Но дальше абстрактных планов дело не шло, потому как мы оба понимали, что нужно закончить образование, найти работу, обустроить жилье, да и вообще пожить в свое удовольствие. Понятно, что вариант житья с родителями (как с его, так и с моими) оптимизма не вызывал. Да и мамы-папы у нас были далеки от пенсионного возраста и предпочитали проводить отпуска в Анталии, а не на даче с внуками. Вопрос о наследнике даже не поднимался. Так что сложившаяся ситуация устраивала всех. Но как говорится, человек предполагает...

В общем, мы с Володей разругались. Началось с пустяка, затем дальше - больше, вспомнились все старые обиды и претензии. Планы на будущее разлетались, словно мыльные пузыри. Или точнее сказать, лопались. В конечном счете я сказала что-то очень обидное. И он ушел. Первое время все предпринимали какие-то попытки нас примирить, но, наталкиваясь на вежливое (или не очень) предложение оставить в

поняла, что не могу - и все. Мне так жалко стало этого человечка, которому никто не рад, который никому не нужен...

Беременность была очень тяжелой, почти все время я лежала в больнице. А потом родился Артем. Как раз в мой день рождения. В глубине души я надеялась, что Володя хотя бы поздравит меня с днем рождения, и тогда я скажу ему о ребенке. Но этого не произошло. Зато из роддома меня забирали, наверное, полкурса. А учитывая, что вуз у нас технический, зрелище было впечатляющим.

Малыш был очень беспокойный, "жил" исключительно на руках, а о такой радости, как ночной сон, я забыла. Родители помогали, как могли. Почти каждый день забегали друзья, предлагали посильную помощь. Мальчишки даже гуляли с коляской, предоставляя мне возможность делать диплом. По большому счету я была очень счастлива. Огорчало лишь то, что первым словом моего сына было "папа".

Темка рос, взрослел и умнел. И становился все более похожим на Володю. Родители все же собрались на пенсию, и мама все охотнее сидела с внуком. Сокурсники, организовавшие свою фирму, охотно взяли меня на работу. Да и заходя к нам в гости, по-прежнему задаривали Темку игрушками и подолгу возились с ним.

А потом наступил момент, когда сын резонно поинтересовался, где же его папа. И тут надо отдать должное моей маме, которая приняла удар на себя. В то время когда я собиралась с мыслями, прикидывая, что лучше: в доступной форме изложить ребенку, что нам и так хорошо вдвоем и никакой

я чуть чашку не выронила. И едва дождавшись, когда мы останемся с мамой вдвоем, я потребовала от нее объяснений. И тут мамуля удивила меня второй раз. "Знаешь, никто не знает, как жизнь сложится, - начала она тем же тоном, что и с Темкой разговаривала. - Может, и Владимир объявится, может, еще кто-то встретится. Так зачем ребенку жить с мыслью, что отец у него - козел?"

После этого разговора я стала обращать внимание на то, что мама нет-нет да и скажет фразу о том, что Артем так же хорошо рисует, как папа (Володя учился в архитектурном), или еще какими-нибудь папиными достоинствами обладает. Узнав, что Володя проектирует новые дома, Темка, увидев новостройку, интересовался, уж не папа ли этот дом придумал.

А потом случилось чудо. Просто по-другому я это назвать не могу. В наш день рождения с огромным букетом цветов пришел Володя. Как он узнал о сыне - не знаю, хотя в глубине души считаю, что это кто-то из друзей постарался, нашел его, обо всем проинформировал. Но не суть важно. Не могу сказать, что я обрадовалась этому визиту - ведь нарушался весь наш уклад. К тому же, едва вручив цветы, Володя накинулся на меня с обвинениями, что я ничего не сказала ему ни о беременности, ни о сыне, ни о своих дальнейших планах. Разумеется, я ответила ему потоком взаимных упреков. В общем, мы бы, наверное, еще долго выясняли, кто в чем был неправ, если бы не Темка. Держась за бабушкину руку, он высунулся из своей комнаты, понаблюдал за происходящим, а

КОНКУРС

ПРИЗ С ПЕРЦЕМ

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Приз **1000 рублей** получает один победитель.

По итогам конкурса в "Друге дома" № 33 победителем стала **Елена Витальевна ГРУЗДЕВА** из Москвы, предложившая целую палитру рецептов вкусных блюд из перца.

Поздравляем победителя!

Чтобы принять участие в нашем конкурсе, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

НЕ ЗАБУДЬТЕ ПОДПИСАТЬСЯ

Нуждаетесь в надежном совете хорошего друга? Так пригласите его домой!

Между тем купить "Друг дома" у распространителей становится все труднее. Поэтому лучший выход - пойти на почту, найти в I томе на 94-й странице Объединен-

В общем, когда масса загустеет - пюре готово". Соседка поблагодарила и ушла. А вечером прибегает ко мне и говорит: "Лида, я варю, варю, оно уже густое, и "плюх-плюх" делает, а капельки до потолка так и не достают. Оно что, еще не готово?"

Смеялись мы долго, пришлось соседке объяснить, что это у меня в летней кухне потолок низкий, а если потолки высокие, капельки могут и не долететь. Вот такая история.

А пюре и правда очень вкусное. Но если кто-то из читателей "Друга" решит его сделать, предупреждаю еще раз: "плюх-плюх" оно должно делать обязательно, а вот "стрелять" в потолок - нет.

Лидия ЮДИНА.
Москва.

В конечном счете я сказала что-то очень обидное. И он ушел. Первое время все предпринимали какие-то попытки нас примирить, но, наталкиваясь на вежливое (или не очень) предложение оставить в покое или катиться ко всем чертям со своим миротворчеством, быстренько умыли руки.

А потом я поняла, что беременна. Помня о том, что Володя о ребенке и слышать не хотел, я ничего не сообщила ему. Родители настаивали на аборте. Мама даже с врачом договорилась. А я вдруг где же его папа. И тут надо отдать должное моей маме, которая приняла удар на себя. В то время когда я собиралась с мыслями, прикидывая, что лучше: в доступной форме изложить ребенку, что нам и так хорошо вдвоем и никакой папа нам не нужен, или рассказать сказку о погибшем герое-летчике, мама взяла инициативу в свои руки. "Видишь ли, деточка, - начала она, совершенно по-взрослому, - твой отец очень хороший человек, но они с мамой немножко поссорились, и он уехал. Но он непременно вернется". Услышав это, ему потоком взаимных упреков. В общем, мы бы, наверное, еще долго выясняли, кто в чем был неправ, если бы не Темка. Держась за бабушкину руку, он высунулся из своей комнаты, понаблюдал за происходящим, а потом поинтересовался у бабушки: "А после этой ссоры папа тоже уйдет?"

Папа, конечно, никуда не ушел. И теперь мы, наверное, самая счастливая семья.

Валерия ЛЕОНТЬЕВА.
Москва.

Между тем купить "Друг дома" у распространителей становится все труднее. Поэтому лучший выход - пойти на почту, найти в I томе на 94-й странице Объединенного каталога "Пресса России" (он зеленого цвета) наш индекс - 34199 и оформить подписку на "Друга дома" на следующее полугодие.

Зачем я его выгнала?

Хочу поделиться своей бедой. Говорят, что на чужих ошибках учатся, может, кто-то мне потом спасибо скажет.

А случилось со мной вот что. Как-то положили меня в больницу, были кое-какие проблемы, но ничего страшного. А выписали меня оттуда не в понедельник, как обещали, а в пятницу. Возвращаюсь я домой, а муж мой на работе. Вот, думаю, радость ему будет. А надо сказать, что мы с Сашей женаты почти пять лет, и у нас всегда были прекрасные отношения, я нарадоваться на него не могла и всегда считала, что мне крупно с мужем повезло.

Ну вот начала готовить-убираться. И вдруг заметила в мусорном ведре презерватив. У меня был просто шок. Как он мог?!

Пришел он домой, обнимает меня, радуется, а я ему показываю "вещественное доказательство" его измены. Сначала он отпирался, но потом сознался. Ну что ж, говорю, иди к своей новой, не хочу тебя больше видеть, не смогу теперь с тобой жить. Он сильно расстроился, но ушел. Выгнала я его.

Прошло несколько дней, а он так и не возвратился. Потом прошел месяц, другой. Мать его сказала, что он сильно переживал, а потом куда-то уехал и адреса не оставил. И вот я теперь просто с ума схожу. Ну и чего я добилась своей правдой? Осталась теперь одна-одинешенька, без любимого мужа, и он там где-то мучается. Теперь думаю так - ну и ладно, изменил мужик, с кем не бывает. Мне бы, дуре, сделать вид, что ничего не было. И что на меня нашло? В общем, я своими руками испортила свою собственную жизнь...

Ирина ПАРКИНА.
Саратов.

Надо плыть!

Я взрослая женщина, мне почти тридцать лет, а я до сих пор не умела плавать. Кто меня только не учил - ничего не получалось.

То есть в принципе я немного плыву, но только вдоль берега. Чтобы в любой момент я могла встать и почувствовать дно под ногами, мне так спокойнее, тогда мне не страшно. И вот поехали мы с мужем в этом году на море, и не знаю, как получилось, но я случайно заплыла на глубину, просто меня волнами немного отнесло, и я не заметила, что дно уже исчезло. И тут меня обуял просто дикий страх - дна под ногами нет! Несколько секунд, они показались мне вечностью, я раздумывала: тонуть или звать на помощь? А потом во мне что-то перещелкнуло - и я поплыла дальше. И благополучно научилась плавать!

Так вот, я поняла для себя в жизни очень важную вещь - иногда у всех нас бывают ситуации, страшные или тяжелые, в которых мы можем свесить лапки и утонуть или... плыть дальше. И тогда уж точно выплывем и справимся с любыми волнами...

Тамара ВОЛКОВА.
Смоленск.

ВОЛШЕБНАЯ НИТОЧКА

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "Волшебная ниточка".

В этом выпуске мы расскажем, как связать детский свитер, научим плести фриволите, предложим очередную схему вышивки крестом.

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции. Вы можете оформить подписку на сборник "Волшебная ниточка".

Наш подписной индекс: 15931 в Объединенном каталоге "Пресса России", т. I, стр. 94.

ХОЧУ СПРОСИТЬ...

"Друг дома" старается отвечать на все вопросы читателей, представляющие интерес для большинства. Чтобы вам было удобнее их формулировать, предлагаем специальный купон.

Хочу спросить у "Друга дома" о...

К Каждому: склеивание почтовых конвертов, ручная фасовка семян, сборка авторучек, другая надомная работа! З/п до 12500 рублей. Контракт. Материалы почтой. 454135, Челябинск, а/я 11283 + конверт с о/а.

НАРОДНОЕ РАДИО
СВ 612 кГц
С 7.00 до 19.00
ДЛЯ ВСЕХ
И ДЛЯ КАЖДОГО

www.narodinfo.ru
E-mail: narodinfo@km.ru

БЕСТСЕЛЛЕР-2005

Мы продолжаем наш конкурс "Бестселлер-2005". С условиями конкурса и кратким содержанием нашего совместного романа вы можете ознакомиться в предыдущих номерах. С нетерпением ждем ваших вариантов развития событий.

Напоминаем, что самые активные соавторы будут номинированы на премию "Друга дома". Три победителя получат по 3000 рублей. Обратите внимание на то, что роман еще не имеет названия, поскольку и здесь мы рассчитываем на вашу помощь.

С каждой новой главой наш детектив становится все более захватывающим, судьбы персонажей оказываются переплетены между собой самым неожиданным образом, разгадку тайн нужно искать в прошлом, а те, на чью помощь можно было бы рассчитывать в первую очередь, оказываются в рядах недоброжелателей. Главную героиню, кардинальным образом изменившую внешность, похищают бандиты. А выбраться из неприятной ситуации Татьяне помогает ее отец, который, как выяснилось, в этой ситуации - лицо отнюдь не стороннее. Да и вообще оказалось, что большинство участников этой истории знакомы друг с другом гораздо ближе, чем можно было предположить. Но какие бы хитроумные планы по поимке преступников ни строили мужчины, с женской логикой им не совладать.

Сегодня мы предлагаем вам версию Светланы КОРОЛЬКОВОЙ из Санкт-Петербурга. После литературной обработки продолжение нашего повествования выглядит следующим образом.

Будучи не в силах вымолвить ни слова, я занялась приготовлением кофе. Единственной мыслью, посетившей мою голову, была поговорка о том, что на ловца и зверь бежит. Однако я совершенно не представляла, что мне теперь делать. Ведь ясно, что Анжела явилась ко мне отнюдь не за угощением. До чего же она непредсказуемая баба! Так ничего и не решив, я разлила кофе по чашкам и вернулась в комнату. Нахальная блондинка даже не подумала встать с кресла. Лишь повернув голову, она уточнила: "Надеюсь, без сахара?"

Вот дрянь! Надо было ей полсахарницы в чашку насыпать. Но, изобразив вежливую улыбку, я заверила ее, что кофе приготовлен по всем правилам, и даже предложила коньяк. К моему удивлению, она не отказалась. Значит, не за рулем или ночевать здесь собралась. Может, напоить ее до бесчувствия или снотворного подсыпать, потом позвонить Потапову или папеньке, пусть являются сюда со всей своей гвардией и арестовывают главного злодея? Точнее - злодейку. Мне останется только, скромно потупив глазки, принимать поздравления и прочие почести. Но ведь она не такая дура, чтобы не предвидеть этот вариант.

- А ты не боишься, что я тебя отравлю, по голове чем-нибудь стукну или подушкой придавлю? - на всякий случай поинтересовалась я, пренебрегая всеми законами гостеприимства.

- Но ведь и я вполне могу тебя пристрелить, отравить или устроить маленький пожарчик, - ответила Анжела, беря свой бокал. - К тому же, дожидаясь тебя, можно было прекрасно подготовиться. Но сейчас мне выгоднее, когда ты цела и невредима. Да и меня рано со счетов сбрасывать. Поэтому можешь считать, что мы заключаем пакт о ненападении.

- Ага, вынужденное перемирие, - усмехнулась я и тоже подняла свой бокал. - Но где гарантии, что ты уйдешь отсюда, получив все, что тебе надо, а твой приятель не пришибет меня в ближайшие полчаса? И вообще, какой резон мне с тобой договариваться? По-моему, ты не в той ситуации, чтобы ставить условия. Согласись, все решается очень просто: сейчас я вызываю милицию, говорю, что застала тебя в собственном доме. А следствие пусть потом разбирается, кто ты такая и что у них там на тебя имеется.

Я понимала, что говорю лишнее, но остановиться уже не могла. Однако гневная тирада не возымела никакого действия. Вытянув безупречные ноги, Анжела неторопливо потягивала коньяк.

- То-то менты удивятся, что взломщицу коньячком потчуешь, - ехидно протянула она. - К тому же с точки зрения закона ко мне претензий нет. Никакие бумаги я не подписывала, сомнительные сделки не заключала, а за то, что деньги у не совсем честных людей увела (на этом месте она тихонько усмехнулась), так мне за это если не медаль, то как минимум благодарность полагается. А главная гарантия твоей безопасности - отцовская репутация. Если то, что о нем говорят, хотя бы наполовину соответствует истине, надо быть сущим идиотом, чтобы встать на его пути. Представляю, как струхнули те кретины, когда нас с тобой перепутали. Лично я удивляюсь, как он их в порошок не растер, не выходя с дачного участка. Наверное, времени не хватило, на банкет спешил. Если с гарантиями все ясно, то приступим к вопросу о выгоде. Как я уже говорила, никакие бумаги я не подписывала. Все документы были оформлены за печатью "Эдельвейса" и подписью моего благоверного или твоего милого, это уж как тебе больше нравится. Да не стесняйся, я в курсе, что у вас роман с продолжением. Так вот, чтобы этот роман не стал тюремным, я тебе предлагаю сделку. Ты помогаешь мне, а я обеспечиваю юридическую невиновность супружника. Кстати, о моральной стороне можешь не беспокоиться, в качестве мужа он мне уже не требуется. Если договоримся, забирай на здоровье. Если нет, извини, придется ему отвечать за эти подписи. Итак?

- Так против кого мы будем дружить? - тихо спросила я, осмысливая все услышанное.

- Вот это уже деловой разговор. Я знала, что мы договоримся, - довольно улыбнулась Анжела и принялась за кофе.

Просто стакан воды

Добрый день!

Хочу рассказать, как мы своему сыну чуть судьбу не слома-

Не ходил бы ты, сынок,

Просто стакан воды

Хочу поблагодарить за ценный совет: пить больше! Воды простой, не минеральной, не газированной... Как все-таки мы мало знаем элементарных вещей. Забываем свое, народное, покупаем какие-то йогурты, неизвестно что, а потом жалуемся.

В июльском номере ваша корреспондент написала статью про то, как все мы практически мучаемся от обезвоживания организма. Вот уж точно, нормальную воду пить перестали, все нам подавай чего-то необыкновенного. Я, как прочла, что мозг страдает от нехватки воды в первую очередь, сразу задумалась. У нас вся семья на цитрамоне сидит. У дочки - "низенькое давление", у бабушки - "высоконькое", у меня - непонятно какое, у внучки - переходный возраст. В общем, мигреним. И так всю жизнь. Дай, думаю, на себе попробую. Действительно, пить-то хочется по утрам. Стала вместо чая натощак то один, то два-три стаканчика сырой воды пить. Часиков до 10, когда до 11-12 пью... Дела делаю, потом чай всем готовлю и завтрак. И, чудное дело, голова у меня больше теперь не болит!

Мои с недоверием к эксперименту отнеслись, а сейчас и сами засуетились. Мы теперь решили 10-литровую бутыль приобрести, в плетеной "одежке", чтобы за чистой водой на источники ездить. Бабушке все равно нечего делать, ходит, ворчит, а так - и внучку "проветрит", и заодно водички всем нам привезет. Вот сколько проблем разом вы нам решили! И досуг, и здоровье!

Так что я теперь, бывает, если проснусь, как прежде, с тяжелыми признаками спазма, сразу про стакан воды вспоминаю. И ведь проходит же начисто и без всякого цитрамона...

Бабушка требует теперь, чтобы мы подписку ей на "Друга дома" оформили, а то, говорит, проглядите в киоске, ищи потом, свищи его, этот номер. Мы так и сделаем.

Так что спасибо вашему автору. Пишите, просвещайте население. Раньше ясно и просто и про воду писали, и про воздух, и про то, как руки мыть, и за детьми ухаживать. И здоровее были. Сейчас о гигиене жизни и питания нигде ни слова не услышишь, зато одних средств от головной боли за день штук десять разные рекламы тебе посоветуют.

Анна СМИРНОВА.
г. Сочи Краснодарского края.

Не ругайтесь сгоряча!

Здравствуйте, уважаемая редакция!

Я очень люблю вашу газету и с нетерпением жду каждый номер. Всегда читаю страничку писем и удивляюсь, сколько людей из-за какой-то ерунды себе жизнь портят.

В моей жизни тоже один раз был такой момент, когда мы с мужем разводиться собрались. Поругались мы в очередной раз, хлопнула я дверью и уехала на дачу, где мама с детьми жила - благо лето было. День прошел, другой. Вроде все хорошо, дети рады, что мама приехала. А я вдруг поняла, что по мужу скучаю, не могу без него и никто другой мне не нужен.

В общем, вернулась я домой, дождалась, когда благоверный домой придет, и говорю: так, мол, и так, давай думать, как нам дальше жизнь по-людски строить. Долго спорили, друг друга обвиняли, в своих ошибках каялись, оба не правы ведь были. В общем, вперые поговорили откровенно. А потом уже стали думать, как из этой ситуации выйти. Сейчас вот уже который год без ссор и скандалов, душа в душу живем. И я с ужасом думаю, сколько тогда глупостей сгоряча можно было наделать.

Валентина ГРИГОРЬЕВА. Самара.

Не ходил бы ты, сынок, в живописцы!

Добрый день!

Хочу рассказать, как мы своему сыну чуть судьбу не сломали. А все почему - не видим дальше носа своего. Вот советы психолога в вашей газете читаем и думаем - кабы раньше знать... Как бы счастливо жили! Сразу скажу - сейчас-то все у нас хорошо, с сыном мы вроде помирились, а так ведь почти 10 лет не разговаривали!

Все началось с того, что он рисованием прямо бредил. И чуть не с первого класса твердил: я буду художником! А что я, что муж - мы ж всю жизнь на заводе работали, я кладовщицей, он нормировщиком. Хотели, чтобы сын учиться пошел, и в нормальный институт, а не бумагу переводить. Считали, что не профессия это - картинки рисовать. Да еще свекровь подзуживала: мол, художники эти вечно пьяные, постоянно с голыми девками... В общем, отец ему ультиматум поставил: или иди учиться, или - на завод, а про рисование и думать забудь. И все картинки его порвал. Сын ничего не сказал, промолчал. Ему пора пришла в армию идти, так муж хотел его к себе пристроить (контора-то оборонная, бронь давали), а сын в какую. Так и ушел. Попал куда-то на Север... пограничником. Писал раз в месяц. А через два года приходит от него письмо: домой не поеду, буду поступать в художественное училище. Оказывается, у их командира жена - искусствовед. Муж ей рассказал, что у них там какой-то солдат хорошо рисует, она посмотрела и обомлела: талант, говорит, ему же учиться надо. Кому-то позвонила, с кем-то поговорила... Так он и поступил в училище.

И с тех пор от сына ни ответа ни привета. На праздник открытку пришлет - мол, жив. И все. Потом вроде отошел он, приезжать стал, звонить (он так на Севере и остался). Но как мы ни спросим, мол, как рисование-то твое, - не отвечает. И лишь недавно прислал - не поверите - альбом! Оказывается, у него персональная выставка была, даже цветной каталог выпустили. Обнялись мы с мужем, и оба расплакались. Господи, и какие же дураки были! Сами, своими руками, сына от себя оттолкнули. Хорошо, что все так кончилось.

Анна ИВАЩЕНКО.
Кемерово.

ОТ ДУШИ ПОВЕСЕЛИЛИСЬ

Как-то собрались мы с друзьями отметить мой день рождения. А друзей у меня много, набилась полная квартира. Да к тому же круглая дата была, мне исполнилось 30 лет. Мы с женой с ног валились, чтобы все приготовить, на стол накрыть. Сели, выпили. А потом вдруг у всей честной компании разыгралось веселое настроение. И придумали мы сообща такую вот игру. Вроде взрослые люди все, солидные, семейные, а хохотали, как малые дети. Хочу поделиться с вами, может, кто тоже попробует. Веселый праздник вам будет обеспечен!

Сначала мы придумали вопрос: "Кем ты был в своей прошлой жизни?"

А потом написали на него 30 ответов. Здесь можно писать все что угодно, например пастух, гриб-поганка, шулер, евнух в гареме. Главное - придумать что-то необычное или смешное. Каждый ответ пишется под своим номером. После того как список составлен, гостям задается этот вопрос, и они называют номер от 1 до 30. И им зачитывается ответ, который написан под этим номером. Самое смешное, что всегда видно какое-то явное соответствие: или похожая черта у человека, или внешний вид.

Следующий придуманный нами вопрос звучал так: "Какие черты характера вы скрываете?" И по тому же принципу зачитывались ответы, например: "Вы тщательно скрываете свою капризность и скандальность" или "Вы втайне мечтаете о второй половине вашего лучшего друга". И еще был один вопрос: "Какой ваш главный жизненный принцип?" И опять смешные ответы типа "Моя хата с краю", "Не подмажешь - не поедешь", "Ни дня без новой любви" и т.д. В принципе задаваемых вопросов можно написать сколько угодно. Мы это делали спонтанно, но лучше заготовить вопросы и ответы заранее. А гости только на каждый вопрос будут называть номер, и выслушивать ответ, который записан под этим номером.

Вы не представляете, сколько удовольствия доставило такое вот шутливое гадание! Мои друзья взяли с нас слово, что к следующему дню рождения я придумаю что-то в этом духе, а главное - побольше!

Антон ГРАБОВ. Тверь.

СЕКРЕТ ДЛЯ ДВОИХ

Что делать, если...

...у него не получилось?

Хотя бы раз в жизни сексуальное фиаско терпит каждый мужчина. Именно эту мысль вы должны внедрить в сознание вашего любимого, пока он не счел себя безнадежным импотентом. Наверняка накануне он очень устал или перенервничал. А может быть, вчера у вас была бурная ночь любви? Главное, чтобы никто не чувствовал себя виноватым за то, что произошло. А что, собственно, произошло-то?! Дайте мужчине понять, что он дорог вам вне зависимости от того, есть у него эрекция или нет. Поверьте, эти слова действуют лучше всякой Ви-

Юрий ПРОКОПЕНКО, врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"

ИЗМЕНУ НАДО... ЗАБЫТЬ

Если хочешь сохранить семью

Я не могу простить своего мужа за то, что он мне изменил. Хотя он говорит, что это часто бывает, многие не хранят верность в браке, но мне это тяжело пережить... А рушить семью тоже не хочется.

Е.Г. Томск.

Ситуация жизненная настолько, что возникает вопрос, замешанный на статистике: супружеская измена - это отклонение или норма? Ведь даже в нашей не самой развращенной стране хоть раз "ходили налево" не менее 70 процентов мужей и 60 процентов жен. Почему?

Все та же статистика гласит, что супружеская измена случается и в "хороших", и в "плохих" браках. За последние 30 лет число изменяющих мужей практически не выросло - оно и так всегда было весьма велико, зато втрое увеличилось количество жен, имеющих случайного или постоянного любовника. Вероятно, это объясняется тем, что у женщин появились более высокие запросы, они больше общаются как с мужчинами, так и с подругами и коллегами-женщинами, не хотят мириться с непониманием супруга.

При этом мужчины тяжелее переносят саму мысль, что их жена окажется в постели с другим мужчиной, а женщины более болезненно относятся к возможности того, что кто-то вытеснит ее из сердца мужа. Самое страш-

Конечно, и сам по себе секс весьма важен, особенно если что-то не получается. Бытовая скука плюс сексуальная неудовлетворенность - основа 90 процентов внебрачных связей мужчин. Остальные 10 процентов - романтики и эмоционально чуткие индивиды, для которых роман может стать очень глубоким переживанием, как правило, приводящим к чувству вины. Впрочем, тех, кто вовсе не переживает, заведя связь на стороне, мало - хоть что-то да шевельнется в душе...

Женщины чаще склонны терпеть измены мужа - из боязни одиночества, потери материального достатка, ухода отца от детей и т.д. Но для женщин внебрачная связь почти вдвое чаще, чем для мужчин, бывает основанием для развода и нового брака.

шегося, застоя, происходит переоценка ценностей, в том числе и в интимной жизни. Адюльтер, как кажется, может стать вехой на пути к новой жизни.

Болезнь или смерть кого-то из близких. Страх, отчаяние, мысли о бренности всего земного могут трансформироваться в желание забыться с новым человеком, подтвердить для самого себя: я жив, я могу...

Но если внебрачные похождения стали основой для семейного конфликта, то очень важно найти силы и доводы, чтобы не только залечить раны, но и укрепить брак - и это вполне возможно. Конечно, не за один день и даже не за один месяц, но вполне по силам, если к этому стремятся оба супруга.

"Не обращай на меня внимания, живи как хочешь..." не разрешают конфликт, а наоборот - еще усугубляют его.

Узнайте, почему это произошло: даже если это будет мучительно, вы можете услышать о себе такую правду, которая поможет построить новые отношения. Даже если супруг не может внятно объяснить, что было поводом для измены, очень много означают сами его доводы. "Она была так беззащитна..." - значит "С тобой очень трудно - ты все время насторожена". "Он очень заботливый" - значит "Я чувствую себя отверженной тобой". И так далее.

Не думайте об измене как об ошибке: даже если для нее не было очевидных причин, она

действуют лучше всякой Виагры!

...интимная близость сопровождается болью или неприятными ощущениями?

Одно из трех. Либо вы по каким-то причинам боитесь интимной близости или не желаете ее. Это препятствует расслаблению мышц и нормальному увлажнению влагалища. Такие проблемы обычно решаются за один визит к сексопатологу.

Либо у вас имеет место быть киста или воспалительный процесс, например эрозия шейки матки.

Либо в вашем организме происходят какие-то гормональные изменения, провоцирующие сухость влагалища (так часто бывает при менопаузе). Если же боль возникает изредка и только при определенном положении, это может быть связано с давлением члена на яичники. Достаточно поменять позу - и боль исчезнет.

...он категорически не приемлет такой метод контрацепции, как презервативы?

Постарайтесь выяснить, почему. Может быть, сам процесс надевания "резинки" кажется ему неэстетичным и асексуальным? Так превратите это в часть эротической игры. Возможно, однажды у него была аллергия на некачественный презерватив. Подарите ему упаковку самых надежных и гипоаллергенных изделий.

Андрей **ПРОХОРОВ.**

жена окажется в постели с другим мужчиной, а женщины более болезненно относятся к возможности того, что кто-то вытеснит ее из сердца мужа. Самое страшное для мужчины - что жена будет сравнивать его сексуальные способности со способностями любовника. Для женщины - если муж будет обсуждать с любовницей ее достоинства.

Узнав об измене мужа, многие женщины начинают винить в ней себя: это я не смогла его удовлетворить, удержать, увлечь. Мужчина, узнав о романе жены, сразу припечатывает ей пару самых отрицательных эпитетов. Вероятно, женщина все-таки более неуверена в себе, чем мужчина. Хотя для многих мужчин сам по себе факт внебрачной связи собственной жены становится свидетельством его несоответствия гордому званию мужчины.

В большинстве случаев внебрачной связи мужчина вовсе не вовлечен в нее эмоционально - так, как это происходит с женщинами. Для мужчины это может быть реакцией на монотонное, скучное существование. Ведь по своей природной сути мужчина - искатель и авантюрист, он предназначен к постоянному стремлению и преодолению. Что сулит ему современное общество? Нудный быт и отсутствие приключений.

Когда выше риск внебрачной связи у одного из супругов?

Во-первых, сразу после окончания медового месяца, когда розовые очки отказывают, и четко становятся видны недостатки избранника (цы).

Следующий момент - рождение ребенка. Женщина отдает ребенку много сил, а муж может чувствовать себя заброшенным и встретить женщину, которая будет хотя бы сочувствовать ему... Но и молодая мама, оставленная в одиночестве со своими новыми заботами, также может (несмотря на занятость) встретить мужчину, который посочувствует ей..

После того как детям исполнится 12-15 лет, забот становится поменьше, появляется свободное время, которое может быть потрачено на любовь вне брака. Здесь скорее речь идет о приятном развлечении, чем о бегстве от забот.

Ближе к 50 нередко появляется ощущение чего-то несбывшегося. Самое главное - не считать, что сам факт внебрачного романа является мотивом для развода и навсегда разлучает вас с супругом. Хоть раз, но изменивший супруг должен ясно и внятно сказать или продемонстрировать, что связь действительно закончилась. Но подтверждения этому не следует требовать снова и снова - это быстро превращается в пытку и только отдаляет вас друг от друга.

Не стесняйтесь просить прощения - это никак не унижает, но позволяет вам обоим сплотиться на единой платформе. Но вторая сторона не должна вырывать подобные слова насильно: такое поведение будет насквозь лживым, а слова о прощении станут проявлением самоунижения, а вовсе не осознания произошедшего.

С другой стороны, не стесняйтесь проявить свое недовольство изменой. Выражения типа "Я вовсе не обижаюсь...", "Это только твои проблемы...", чем-то вызвана. Понять суть скрытой или даже явной проблемы - значит предотвратить повторение.

Больше времени проводите вместе, заполняйте его общими делами и заботами. Это позволит вновь найти общий язык, стать половиной пары, а не двумя отдельными людьми.

Но самый главный компонент восстановления отношений после измены - хороший супружеский склероз. Невозможно жить с воспоминаниями о том, что тебя оскорбляет. Это доведет либо до нового взрыва, либо до психосоматических заболеваний - инфаркта, астмы, язвы желудка, невроза, депрессии. Поэтому, если вы собираетесь продолжать жить вместе, забудьте о том, что вас оскорбляло и тревожило. Сделайте так, чтобы прошлые переживания исчезли или хотя бы обесценились, чтобы в памяти осталось только хорошее, - это и будет фундаментом новой жизни.

Прошла любовь...

Вы к нему охладели, а его чувства по-прежнему сильны. Но вашего решения не изменить: вам нужно расстаться. Это помогут сделать волшебные слова, которые мужчины очень не любят.

"Ты меня не понимаешь". А он так старался ради вас! И все его труды пошли прахом! И зачем он здесь, если та симпатичная блондинка уже намекала на то, что не прочь познакомиться поближе?

"Ты слишком любишь свою мамочку". Он обязательно встанет на ее защиту. В конце концов, подружек может быть много, но мама, которая накормит пирогами, - это святое. Бегом от нее, то есть от вас, бегом!

"Мы с Васей просто друзья". Главное - изобразить замешательство. В нем проснется ревность. Скорее всего, он решит, что следующая попытка будет удачнее и у новой дамы сердца друзей не будет.

"Не сегодня, голова болит". Ну зачем же встречаться с той, которая не проявляет интереса к сексу? Кругом полно горячих штучек!

"Ты знаешь, я притворялась все это время". Катастрофа! Он не секс-гигант, как вы его убеждали раньше. Он слабак! А вы - свидетельница этой слабости. Зачем вы ему после такого признания?

"Давай поженимся". Работает только в том случае, если он - ярый противник брака. Иначе вы можете услышать в ответ: "Отлично, я уже и кольца присмотрел!"

Но если после всего вышесказанного он не хлопнул дверью, значит, вы ему по-настоящему дороги. Может, вам и не стоит расставаться?

Александра СМИРНОВА.

СВОИ СЕМЕНА ВСЕГДА ЛУЧШЕ

Как правильно собрать семена с томата, огурца, укропа, петрушки?

Ирина КОБЗЕВА. Курск.

Как показывает практика, даже у крупных семеноводческих фирм встречаются бракованные семена. То сорт не соответствует этикетке, то всхожесть хуже некуда, да и цены к тому же порой кусаются.

Семена имеет смысл собирать только с сортовых растений. Гибриды (на пакетике должен быть указан значок F1) не в полной мере сохраняют родительские признаки.

Проще всего собрать семена укропа. Выберите наиболее пышные растения с большим количеством листьев и дождитесь, когда зонтики начнут желтеть. Выдерните стебли из земли и подвесьте их дозревать в сухом теплом месте. Чтобы семена не рассыпались, зонтики нужно обмотать марлей или подстелить бумагу под дозревающими пучками растений. Из тех семян, которые осыпались сами, без обмолачивания, вырастут наиболее сильные и устойчивые к неблагоприятным условиям растения.

Семена петрушки собирают аналогичным образом, только следует учитывать, что петрушка - растение двулетнее. Еще летом нужно выбрать, опять-таки, самые лучшие растения и оставить их на грядке до весны. На следующий год начнется образование соцветий. У петрушки они более многочисленные, чем у укропа, поэтому для скорейшего созревания боковые, более слабые, зонтики, желательно удалить в самом начале развития.

Томатам дают возможность созреть на растении, после чего плоды разрезают и вынимают жидкую мякоть с семенами. Несколько дней эта пульпа должна постоять в открытом сосуде при комнатной температуре. В этом случае, даже если на поверхности семян остались споры грибковых или бактериальных заболеваний, происходит естественная стерилизация разлагающимися органическими кислотами. Запах, конечно, при этом бывает не очень приятный, но что не сделаешь ради здоровья растений. Через 5-7 дней семена томатов помещают в марлевые мешочки и промывают проточной водой. Сушат семена на бумаге или ткани.

Семена огурцов выделяют из полностью созревших плодов. Они отличаются от зеленцов (которые мы едим) более крупными размерами и белесовато-желтым цветом. Кроме того, плоды огурцов, в которых уже созрели семена, на ощупь мягкие, хотя кожица у них более грубая.

Раздел ведет обозреватель "Друга дома", агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ.

ТОВАРЫ - ПОЧТОЙ Ⓚ

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор "Золушка" на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1295 р.**

Инкубатор "Золушка" на 70 яиц (220 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1071 р.**

Инкубатор "Золушка" на 100 яиц (220 В, ручной переворот яиц) **1000 р.**

Инкубатор "Золушка" на 45 яиц (220 В, ручной переворот яиц, гарантия 18 мес.) **880 р.**

Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1753 р.**

Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **1096 р.**

Эл. сепаратор "Нептун" **1585 р.**

Озонатор (220/12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1727 р.**

Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1540 р.**

Цена включает все затраты и действительна **до 30.09.2005 г.**

ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, телефон 8-383-2-74-04-42.

www.olsa-s.ru

ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3 Ⓚ

220 В, 1,5 кВт - от 13000 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - от 5800 р.

М. Ленинский просп., 5 Донской пр-д, 21б, проходная ЭНИМС

Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

В ФИРМЕННЫХ ВАКУУМНЫХ ПАКЕТАХ, СЕРТИФИЦИРОВАНЫ ГОСУДАРСТВЕННЫМИ СЕМЕННОЙ И КАРАНТИННОЙ ИНСПЕКЦИЯМИ

СЕМЕНА "МарС" ПОЧТОЙ Ⓚ

"Уважаемые сотрудники фирмы "Марс"! Работаю с Вами давно. В прошлом году, к сожалению, поздно спохватилась и не успела заказать семена вовремя. Однако летом я узнала о том, что Вы объявили о хорошей скидке. Я решила воспользоваться Вашей акцией и организовала свой маленький бизнес. Заказала у Вас семена со скидкой [illegible] а в этом сезоне продала их по обычной

ВНИМАНИЕ! С 19 МАЯ ПО 30 СЕНТЯБРЯ 2005 ГОДА - ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА 10%! СЕНТЯБРЬ 200[illegible]

АРБУЗ: Быковский, Мелитопольский, Юбилейный - **1-60**, Сахарный малыш - **2-50**
БАКЛАЖАН: Алмаз - **1-30**, Снежный, Солярис, Черный красавец - **1-50**, Скороспелый - **1-70**
БОБЫ: Черные русские - **3-60**
БРЮКВА: Куузику - **1-10**
ГОРОХ: Адагумский, Алтайский [illegible]

[illegible] б/сердцевины, Лосиноостровская, Нантская, Королева осени, Флакке, Самсон F1(150 драже) - **5-50**
ДРАЖЕ ЗЕМЛЯНИКА: Руяна - **3-60**
ОГУРЦЫ: Конкурент, Надежный, Феникс - **1-30**, Аист, Береговой, Водолей, Изящный, Заречный, Парад, Электрон, Эталон - **1-50**, Добрыня, Не[illegible]

1-80, 18 дней, Французский завтрак, Чемпион - **1-90**
РЕДЬКА: Дайкон Клык слона, Зеленая Маргеланская, Зимняя черная, Ладушка, Майская белая - **1-50**, Дайкон Саша - **1-80**
РЕПА: Петровская - **1-30**, Листовая - **1-50**
САЛАТ: Батавия, Белый Бостон, Симпсон - **1-10**, Азарт, Ат[illegible]

Бальзамин, Мак однолетний, Целозия, Подсолнечник (2 вида), Цинния (10 видов), Нигелла (2 вида), Хризантема однолетняя (2 вида), Люпин, Рудбекия, Сальпиглоссис - **1-60**, Астра (30 видов), Капуста декоративная - **1-70**, Гвоздика Китайская, Дельфиниум, Космея, Кохия, Мальва, Хризантема многолетняя - **1-80**, Лакфиоль, Люпин многолет[illegible]

МИНИМАЛЬНЫЙ ЗАКАЗ 80 руб. [illegible]

Заказы присылать фирме "МарС" по адресу: [illegible]

маленький бизнес. Заказала у Вас семена со скидкой 10% летом, а в этом сезоне продала их по обычной цене. Все мои покупатели очень довольны, а мне прибавка к пенсии. Спасибо большое!"

Елена ПЕТРОВА. Воронеж.

Мы рады, что можем быть Вам полезны. Напоминаем, что помимо летних скидок у нас действует и **скидка 3% по карточке постоянного клиента**. Такую карточку вы можете получить, заказав у нас семена на сумму не менее 250 рублей. Конечно, мы понимаем, что многие из Вас просто не нуждаются в таком количестве семян. Выход простой: сделать коллективный заказ. К тому же подобное решение поможет Вам сэкономить на почтовой пересылке.

Напоминаем, что все заказы мы высылаем наложенным платежом, в который входят:

- **стоимость семян,**
- **стоимость услуг по обработке заказа,**
- **комиссия за обратный перевод денег нам в Москву,**
- **почтовый тариф по пересылке семян, который зависит от часового пояса. Этот тариф распространяется на каждые 500 г бандероли. Поэтому если даже заказ весит 100 г, заплатить все равно придется, как за полкило.** При коллективном заказе вы увеличиваете вес. Получится, что Вы оплачиваете почтовый тариф за одну бандероль, в которой приходит несколько заказов.

Мы желаем всем Вам, дорогие садоводы и огородники, богатых урожаев!

Спасибо, что остаетесь с "Марсом". Ваше постоянство - лучшая оценка нашей работы.

красавец - **1-50**, Скороспелый - **1-70**
БОБЫ: Черные русские - **3-60**
БРЮКВА: Куузику - **1-10**
ГОРОХ: Адагумский, Алтайский изумруд, Альфа, Воронежский, Глориоза, Хавский жемчуг - **1-50**, Сахарный - **1-80**, Амброзия - **2-80**
ДЫНЯ: Золотистая, Колхозница - **1-20**
КАБАЧКИ: Цуккини Марроу - **1-30**, Белоплодный, Горный - **1-50**, Желтоплодный, Зебра, Ролик, Фазан, Якорь - **1-70**, Грибовский, Тинторенто, Фараон, Цукеша - **1-80**, Овощное спагетти - **4-00**
КАПУСТА: Амагер, Белорусская, Брокколи, Вьюга, Грибовская, Июньская, Листовая, Лосиноостровская, Московская поздняя, Подарок, Полярная, Савойская, Слава, Ярославна, Тайнинская, Точка, Харьковская зимняя - **1-20**, Кольраби, Надежда - **1-30**, Парус - **1-50**, Казачок F1, Цветная МОВИР, Цветная Эрфуртская, Цветная 4 сезона - **2-00**, Трансфер F1 - **2-60**, Лежкий F1, Монарх F1 - **2-70**, Малахит F1 Цветная Сноуболл - **3-00**, СБ-3 F1 - **5-00**, Колобок F1 - **6-00**
КУКУРУЗА: Катерина СВ НАРТ 150. Юбилейный - **1-50**
ЛУК: [illegible] - 1-70 Батун [illegible], Порей Хавский - 1-90 [illegible] - 2-20 [illegible] - 2-30 [illegible] - 2-50 Ред Барон [illegible] - 2-00 [illegible] Штуттгартер Ризен - 3-00 Сибирский однолетний - 3-60 Эксибишен - **8-50**
ДРАЖЕ ЛУК: [illegible] Сибирский однолетний Штуттгартер Ризен - 7-20
МОРКОВЬ: Витаминная, Леандр, Лосиноостровская, Московская зимняя, Нантская, Нантская без сердцевины, Нантэс Ред, Шантанэ - **1-80**, Королева осени, Круглая, Марлинка, Тушон, Флакке - **2-00**, Самсон F1 - **5-80**, Нандрин F1 - **10-00**
ДРАЖЕ МОРКОВЬ (300 драже): Витаминная, Московская зимняя, НИИОХ, Нантская

3-60
ОГУРЦЫ: Конкурент, Надежный, Феникс - **1-30**, Аист, Береговой, Водолей, Изящный, Заречный, Парад, Электрон, Эталон - **1-50**, Добрыня, Нежинский, Предгорный виноград, Светлячок - **1-80**, Кустовой - **1-90**, Афродита F1, Петрович F1, Серпантин - **2-00**, Парижский корнишон - **2-30**, Засолочный, Пальчик - **2-50**, Родничок F1, Степной - **2-60**, Обильный - **3-40**, Бригантина, Дружина F1, Ксюша F1, Малыш, Шремски F1 - **3-60**, Бидретта F1 - **3-80**, Перента F1, Соловей F1 - **4-50**, Журавленок F1 - **4-70**, Голубчик F1 - **5-80**, Сантана F1 - **8-10**, Паркер F1 - **14-00**
ОГУРЦЫ САМООПЫЛЯЕМЫЕ: Фасон F1 - **3-60**, Апрельский F1, Зозуля F1 - **5-80**, Буян F1, Мазай F1, Подмосковные вечера F1 - **7-70**, Клавдия F1 - **10-50**
ПАТИССОНЫ: Чебурашка - **1-70**
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ: Богатырь, Венти, Веспер, Виктория, Винни-Пух, Калифорнийское чудо, Капитошка, Кореновский, Ласточка, Подарок Молдовы, Тополин - **1-50**
ПЕТРУШКА: Корневая, Кудрявая, Листовая - **1-30**, Богатырь - **1-50**
ПРЯНОСТИ, ТРАВЫ: Кориандр, Кресс-салат, Сельдерей, Фенхель, Чабер, Шпинат - **1-30**. Базилик (зеленый, фиолетовый), Горчица листовая, Иссоп, Пустырник, Скорционер, Тмин - **1-50**, Расторопша - **1-60**, Мелисса лимонная, Трава для кошек - **2-00**, Валериана, Горчица белая, Душица, Левзея сафлоровидная, Майоран, Наперстянка шерстистая, Ревень, Ромашка аптечная, Тысячелистник - **2-10**, Котовник, Огуречная трава - **2-30**, Любисток - **2-70**, Эстрагон - **7-00**
РЕДИС: Зимняя роза, Растущий - **1-60**, Базис, Красный великан, Розово-красный с белым кончиком, Саратовский - **1-70**, Вариант, Вюрцбургский, Жара, Заря, Моховский, Осенний Гигант, Рубин, Софит -

няя черная, Ладушка, Майская белая - **1-50**, Дайкон Саша - **1-80**
РЕПА: Петровская - **1-30**, Листовая - **1-50**
САЛАТ: Батавия, Белый Бостон, Симпсон - **1-10**, Азарт, Аттракцион, Берлинский, Кучерявец Грибовский, Лолло Росса, Подмосковье - **1-20**
СВЕКЛА: Двухсеменная, Бордо - **2-30**, Детройт, Египетская (плоская, круглая), Кормовая, Красный шар, Листовая (мангольд), Цилиндра - **2-90**, Пабло F1 - **4-90**
ТОМАТЫ РАННИЕ: Барнаульский консервный, Земляк, Лагидный, Патрис, Щелковский ранний - **1-30**, Виноградный, Грунтовый Грибовский, Корсар, Пэкмор - **1-50**, Волгоградский 323, Гея, Дубок, Мабел, Манимейкер - **1-60**, Белый налив, Гном, Дубрава, Золушка, Челнок - **1-70**, Луна, Огни Москвы, Сибирский скороспелый, Яблонька России - **1-80**, Агата - **1-90**, Спринт - **2-30**
ТОМАТЫ СРЕДНЕСПЕЛЫЕ: Волгоградец - **1-30**, Персей - **1-40**, Венета, Волгоградский 5/95, Перст, Тигровый - **1-50**, Геркулес, Дар Заволжья, Мабел, Титан, Финиш - **1-60**, Де-Барао (золотой, красный, розовый, черный), Золотое руно, Каспий - **1-70**, Салют, Фонарик - **1-80**, Новичок, Рома - **1-90**, Таллалихин, Хурма - **2-30**, Никола, Ракета - **2-70**
ТЫКВА: Грибовская зимняя, Уфимская - **1-50**, Витаминная, Волжская серая, Крошка - **1-80**, Россиянка, Улыбка - **2-30**, Стофунтовая - **2-60**
ТУРНЕПС: 1-30
УКРОП: Аврора, Грибовский, Кибрай, Лесногородский, Обильнолиственный, Салют, Супердукат, Узоры - **1-80**
ФИЗАЛИС: 1-30
ФАСОЛЬ: Спаржевая - **2-60**, Вьющаяся - **3-30**
ЩАВЕЛЬ: Бельвильский, Широколистный - **1-80**
ЦВЕТЫ: Амарант, Иберис, Льнянка - **1-20**, Вьюнок, Гипсофила (2 вида), Лен красный, Льнянка - **1-40**,

однолетняя (2 вида), Люпин, Рудбекия, Сальпиглоссис - **1-60**, Астра (30 видов), Капуста декоративная - **1-70**, Гвоздика Китайская, Дельфиниум, Космея, Кохия, Мальва, Хризантема многолетняя - **1-80**, Лакфиоль, Люпин многолетний, Маттиола - **2-00**, Гвоздика Турецкая, Кореопсис, Нивянник, Эхинацея - **2-10**, Горошек душистый, Кларкия (2 вида), Петуния (3 вида), Рудбекия многолетняя - **2-30**, Василек белый, Гвоздика перистая - **2-40**, Гайлардия, Георгина, Колокольчик, Мак многолетний, Эшшольция - **3-20**, Аквилегия, Скабиоза - **3-60**, Гелиопсис, Маргаритка, Настурция - **3-80**, Пиретрум - **4-50**, Анютины глазки - **5-20**, Клещевина - **6-30**, Клематис - **9-00**
ГАЗОН: Спорт (30 г) - **11-70**, Мавританский (30 г), Полевица побегоносная (30 г) - **17-00**, Универсальный (4 г) - **2-20**
СТИМУЛЯТОР РОСТА: Иммуноцитофит - **12-50**
(1 упаковка - 10 таблеток на 20 литров раствора)
УДОБРЕНИЯ "ГУМАТ": Гумат+7 (овощные культуры), Гумат 80 "Урожай" - **4-60**, "Ягодка" - **6-50**, "Цветочный" - **7-20**, Плодообразователь - **11-30**
(Все: 1 упаковка - 15 г - на 100 литров раствора), "Бульба" (для луковичных и картофеля) - **9-50** (50 г на 1,5 кг клубней)
ЗАЩИТА ОТ ВРЕДИТЕЛЕЙ: ИНТА-ВИР - **3-60**
(1 таблетка - 8 грамм - на 10 литров раствора)
СТИМУЛЯТОР ПЛОДООБРАЗОВАНИЯ: Завязь, Завязь-томаты, Завязь-огурцы, Завязь-ягоды - **9-00**

Кроме [illegible] посылки [illegible] почтовых [illegible]

Заказы присылать фирме "МарС" по адресу:
119017, Москва, Б. Толмачевский пер., д. 3
*Фирма **"МарС"***
по факсам:
(095) 953-30-75, 951-73-56
по электронной почте:
mars@mar-s.ru
www.mar-s.ru

Ссылка на данную публикацию обязательна!

Оплата заказа при получении на почте!
При заказе менее 2000 рублей ПРЕДОПЛАТЫ НЕ ДЕЛАТЬ!

СИСТЕМА СКИДОК ПРИ СУММАХ БОЛЕЕ:
1000 руб. - 5%,
2000 руб. - 9%,
3000 руб. - 13%
плюс 3% по карточке постоянного покупателя.

Заказы свыше 2000 руб. выполняются после предоплаты почтовым переводом в размере не менее 50% от стоимости заказа по указанному адресу, получатель: **Маршак Илья Исаевич.** Эти заказы и копию квитанции об оплате высылайте только **заказным письмом или по факсу.**

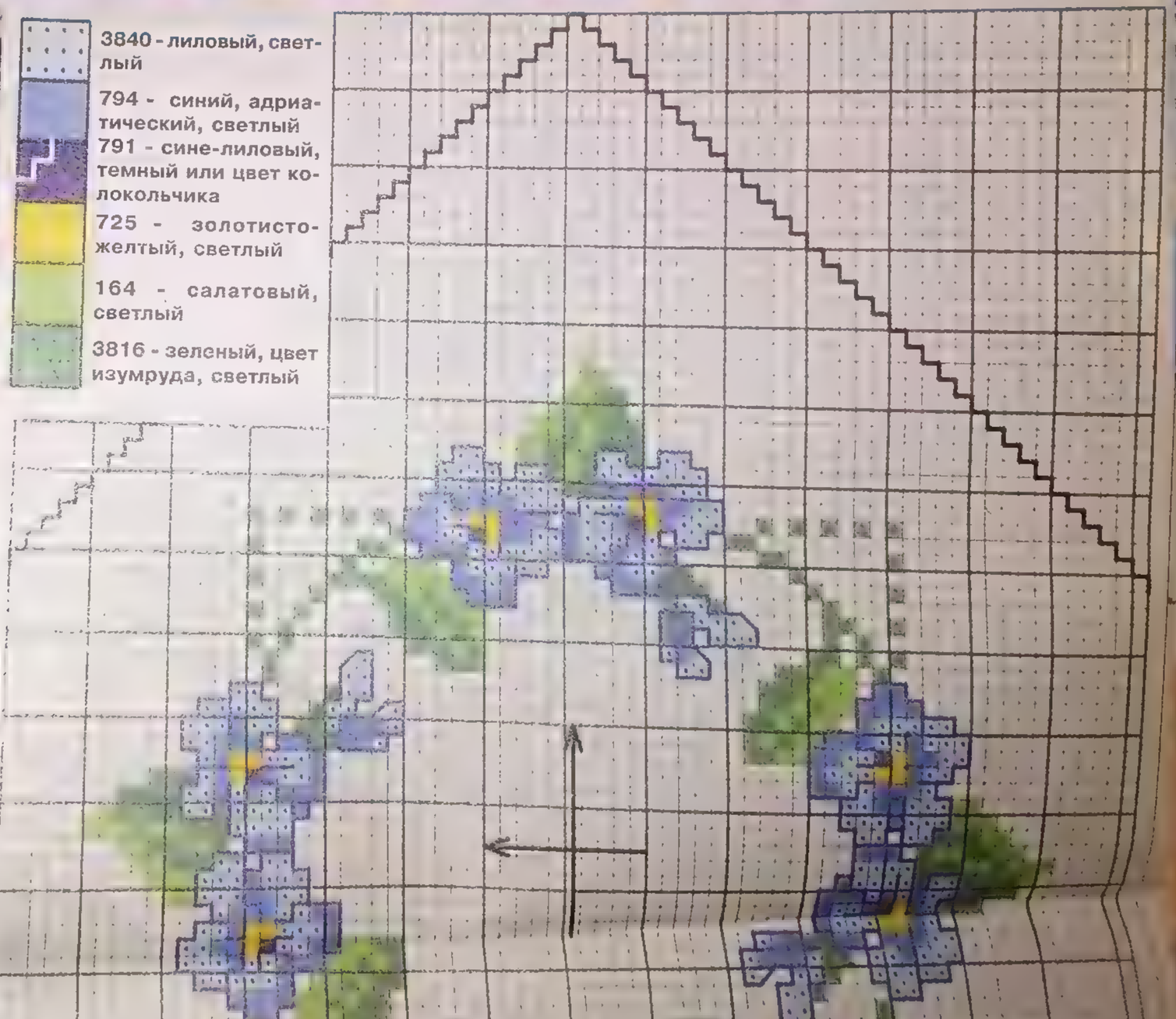
КАК НАС НАЙТИ ДЛЯ ПОКУПКИ СЕМЯН В МАГАЗИНЕ?!

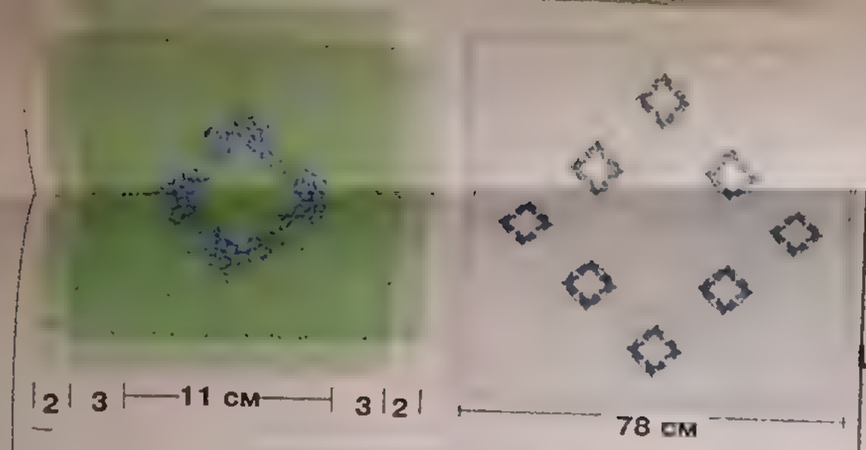
СЕМЕНА "МарС" ОПТОМ

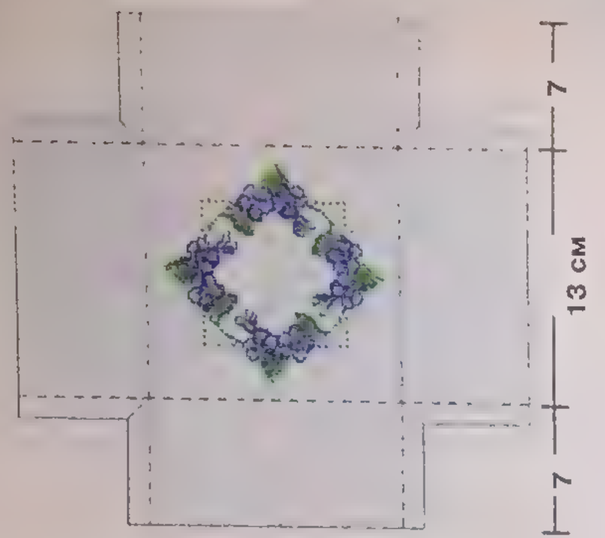
ПРИ ОПТОВОЙ ПРОДАЖЕ НА МЕСТЕ СКИДКИ ДО 60% ОТ УКАЗАННЫХ ЦЕН! МИН. СУММА ОПТОВОЙ ПОКУПКИ - 500 РУБ.!

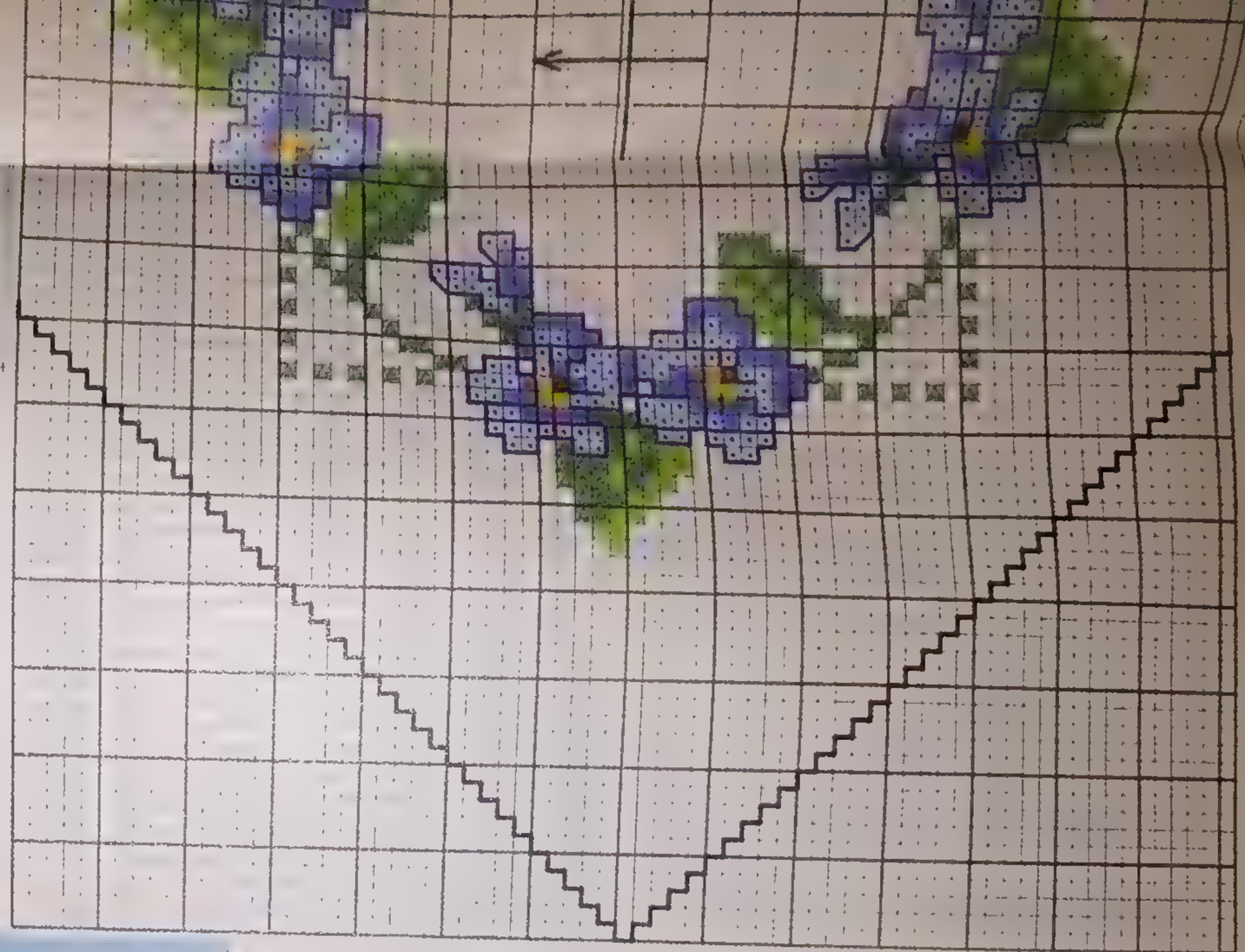
НЕЗАБУДОЧНЫЙ ПОДАРОК

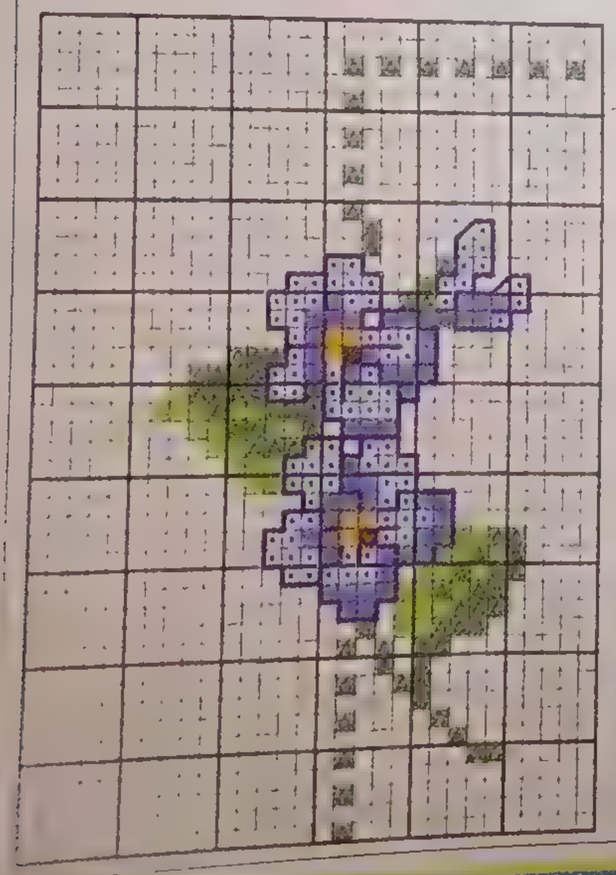
Подарки можно оформлять по-разному. Кто-то предпочтет красивый пакет, кто-то оберточную бумагу. Но ваш подарок будет поистине незабываемым, если вы преподнесете его в вышитой упаковке. Впрочем, по этой же схеме можно вышить скатерти и салфетки. Для работы вам понадобится канва STERN-AIDA, мулине DMC арт. 117.

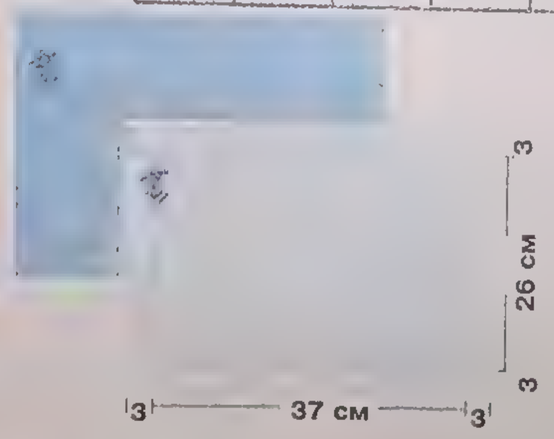


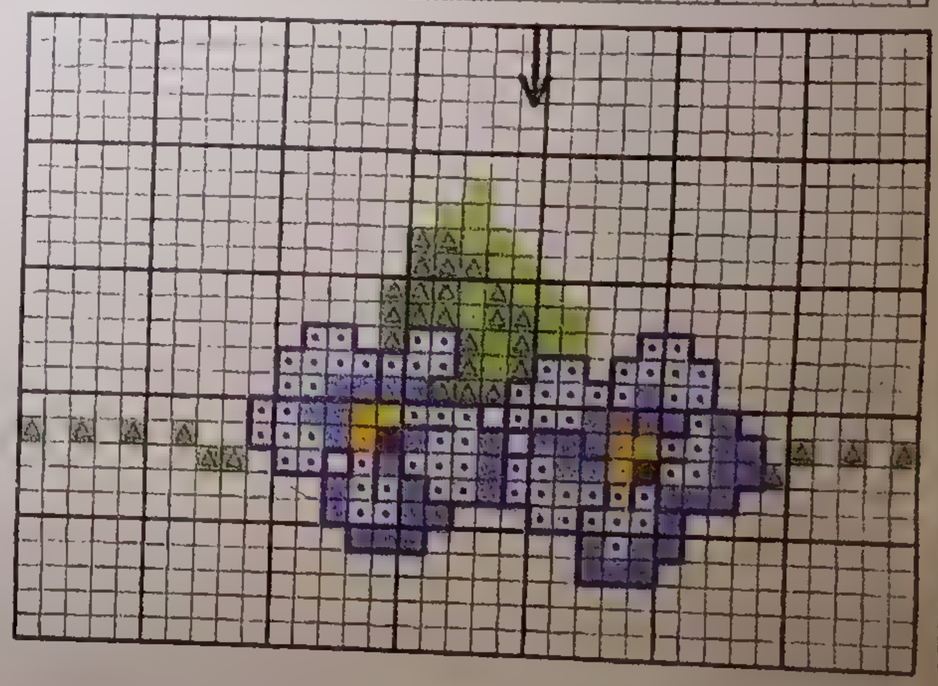












Ольга ЦАПЛИНА, дизайнер.

НАСТОЯЩИЙ МУЖЧИНА

ЧТОБ НИЧЕГО НЕ СЛЫШАТЬ

Как возвести звуконепроницаемую перегородку в квартире?

Е. СТЕБЛОВ.
г. Курчатов Курской области.

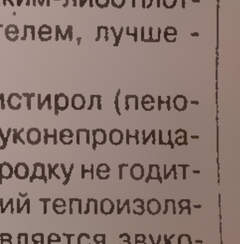
ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ!

Преобразователь электрической энергии «КАРАСЬ»

Предназначен для отлова рыб-производителей, больной, сорной рыбы без причинения вреда рыбе и окружающей среде. Принцип работы основан на анодной реакции рыб.

Технические характеристики

Напряжение питания	12В (аккумуляторная батарея)
Максимальная мощность	400 Вт
Радиус действия	до 4 метров
Габаритные размеры	190x116x68 мм
Масса	0,8 кг
Регулируемая частота и скважность.	
Изделие сертифицировано.	



Возможна отправка по почте наложенным платежом.
Стоимость 1540 руб. (цена прибора + почтовые сборы + оплата перевода).

Гарантия 1 год.
Отпускная цена 1280 руб.

Заявки по адресу:
630129, г. Новосибирск 129, а/я 80
ООО «ОЛСА-СЕРВИС» Тел. 8 (383-2) 74-04-42
www.olsa-s.ru

Рисунок 1. Звукоизолирующая дверь (вид в разрезе сверху).

Очень важно при этом, чтобы стекло было установлено на замазку или с гёрметиком. Можно использовать и разного рода мягкие уплотнители.

Обычная межкомнатная перегородка может быть от 50 до 100 мм, в зависимости от материалов. Самые легкие перегородки - каркасные или дощатые. Их устанавливают обычно по балкам и половым лагам без обустройства фундамента, иногда - прямо по полу.

Сложнее монтировать тяжелые перегородки из кирпича, пенобетона (блоков), бруса и бревен. В этом случае придется вскрывать пол и класть перегородку на бетонную стяжку. Однако такая перегородка может быть признана как капитальная, а ее монтаж должен быть санкционирован соответствующими организациями, если дом не частный.

Рисунок 2.

основе расчетов, как правило, сведенных в таблицы. В строительных справочниках можно найти данные о конструкциях стен и перегородок, свойствах изолирующих материалов.

В целом установлено, что нормальными считаются следующие показатели звукоизоляции: для межквартирных дверей - 40-50 дБ (децибел), для межкомнатных - 30-40 дБ.

Для того чтобы как-то ра-

ложей с утеплителем. Обивать следует внахлест так, чтобы обивка перекрывала щели притвора. Только этот прием может приглушить звук на 3-5 дБ.

Другая причина проникновения звуков - неплотности сопряжений, поры материалов, а при ударном воздействии - через конструкцию. Значит, надо очень внимательно отнестись к уплотнению стыков материалов и элементов конструкции. С этой целью можно применить силиконовые герметики, мягкую резину, шпатлевки, наконец.

На **рисунке 3** показан вариант каркасной перегородки. Вначале монтируют ее деревянный каркас, который обшивают тонкими (до 25 мм) досками, оргалитом, ДСП, ДВП, гипсокартонными плитами, фанерой, панелями МДФ - словом, любым кроющим материалом, а пространство между ними заполняют каким-либо плотным утеплителем, лучше - мягким.

Пенополистирол (пенопласт) на звуконепроницаемую перегородку не годится: он хороший теплоизолятор, но не является звукоизолятором.

Возможно более современное решение проблемы, когда каркас собирают из

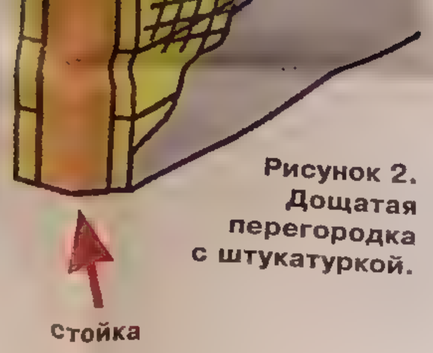


Рисунок 2. Дощатая перегородка с штукатуркой.

Полностью звуконепроницаемую перегородку возвести в квартире практически невозможно. Ведь и капитальные межквартирные стены проводят звуки. Ослабить шум можно - все зависит от применяемых материалов, а также качества работы и конструкции самой перегородки. Поэтому перед началом работы надо определиться со следующим.

Скажем сразу, звукоизолирующая способность перегородок может быть определена специалистами на считаются следующие показатели звукоизоляции: для межквартирных дверей - 40-50 дБ (децибел), для межкомнатных - 30-40 дБ.

Для того чтобы как-то разобраться с физическим значением децибел, обратимся к таблице. На основе ее упрощенных данных можно определиться с основными требованиями к вашей постройке.

Несколько общих особенностей. Ваша перегородка непременно будет иметь хотя бы одну дверь. Коли так, то общая звукоизолирующая перегородка будет задерживать звуки в пределах 30-35 дБ. Однако если этот показатель вас не устроит, то придется изменять конструкцию двери.

На **рисунке 1** показан один из вариантов, когда дверь (как и коробка) должна обязательно иметь профиль притвора в четверть. Кроме того, наружную сторону двери желательно обить винилом или

Таблица. Звуковые границы в децибелах

Значение в дБ	Источник шума
10	Шелест листвы
20	Тиканье настенных часов
30	Шепот
40	Комнатные шумы
50	Нормальный разговор
60	Радио в комнате
70	Печатная машинка (механическая)
80	Легковой транспорт
90	Грузовой автомобиль
100	Военный парад (на площади)
110	Тягач, трактор
120	Пресс-молот, забивание свай
125	*
130	Самолет на взлете
140	Строительный пистолет (выстрел)
150	Револьвер (выстрел)
160	Штурм здания (ОМОН)

* Болевая граница для уха человека.

шпатлевки, наконец.

ствующими организациями, если дом не частный.

Возможно более современное решение проблемы, когда каркас собирают из

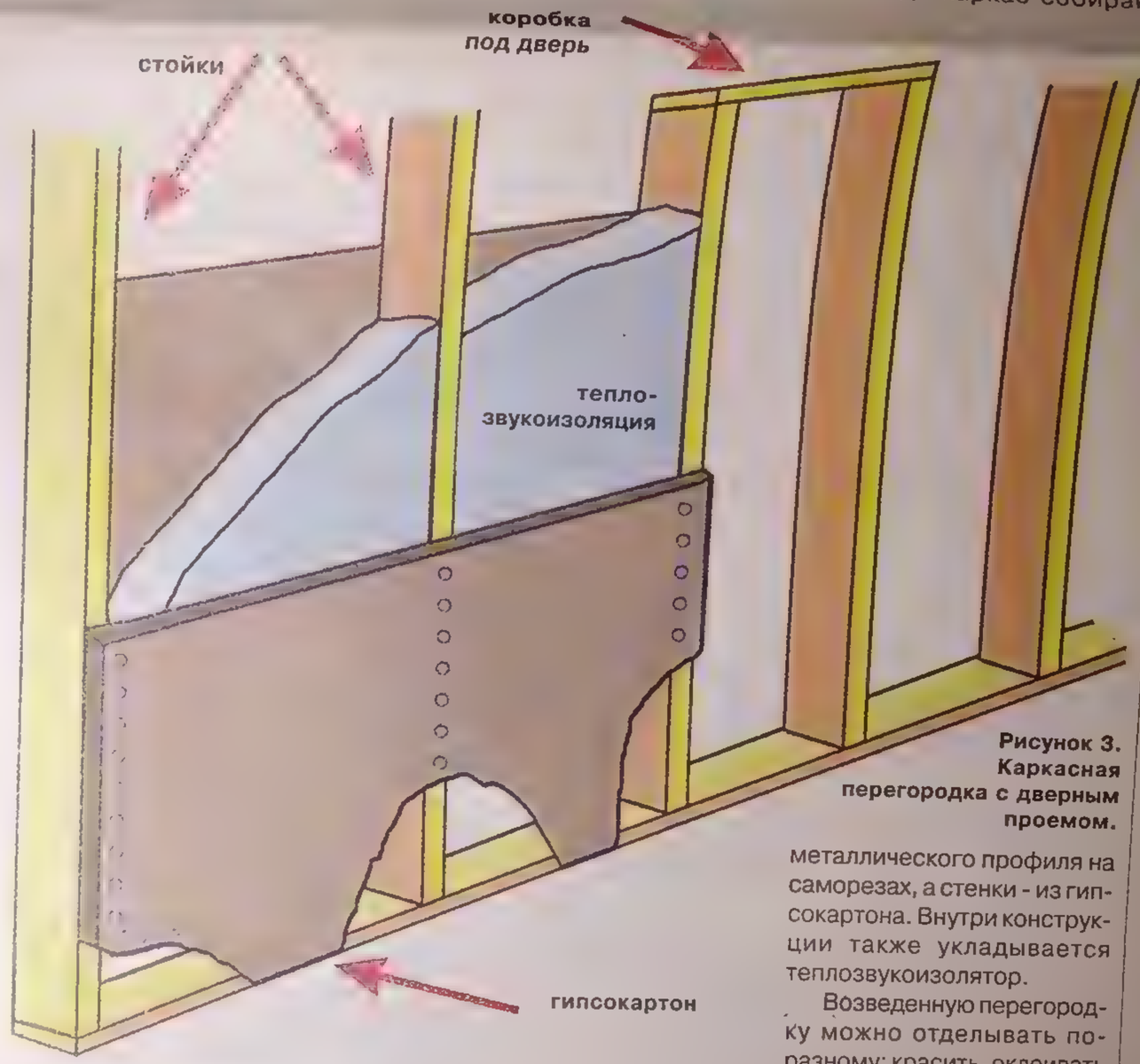


Рисунок 3. Каркасная перегородка с дверным проемом.

металлического профиля на саморезах, а стенки - из гипсокартона. Внутри конструкции также укладывается теплозвукоизолятор.

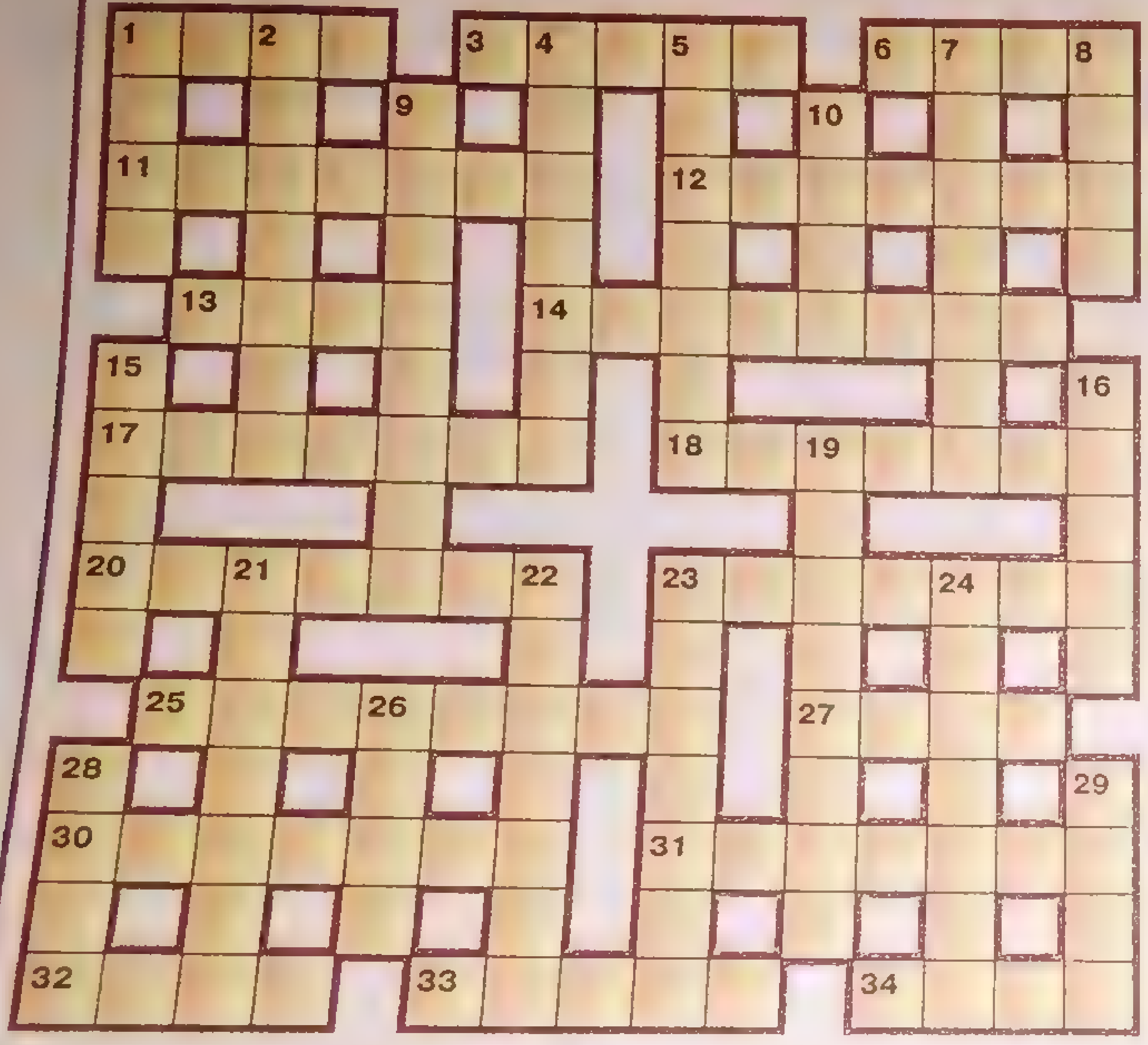
Возведенную перегородку можно отделывать поразному: красить, оклеивать обоями любого типа, но лучше, если она не будет отличаться от других стен. Однако перед отделкой поверхность новой стенки и стыки с другими элементами помещения (пол, потолок, стены) должны быть зашпаклеваны до состояния, условно говоря, герметичности. В этом случае звукоизоляция будет выше.

Иногда в перегородки монтируют матовые или рифленые стекла. Как правило, после установки глухой перегородки перекрывается свет из окна и образуется неосвещенная зона. Это вызывает необходимость включать свет даже днем. Чтобы не потерять звукоизолирующую способность перегородки, а также избежать темных зон, можно поставить не одно, а два-три стекла по принципу стеклопакета.

Самая простая и дешевая перегородка - деревянная из вертикально (горизонтально) поставленных досок толщиной 50-60 мм. Лучше, если для этой цели будет применена половая рейка в шип. Звуконепроницаемость перегородки может быть достигнута за счет оштукатуривания ее с обеих сторон. Чтобы штукатурка держалась, перегородку с двух сторон обивают дранью

Сергей ДМИТРИЕВ.

СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ

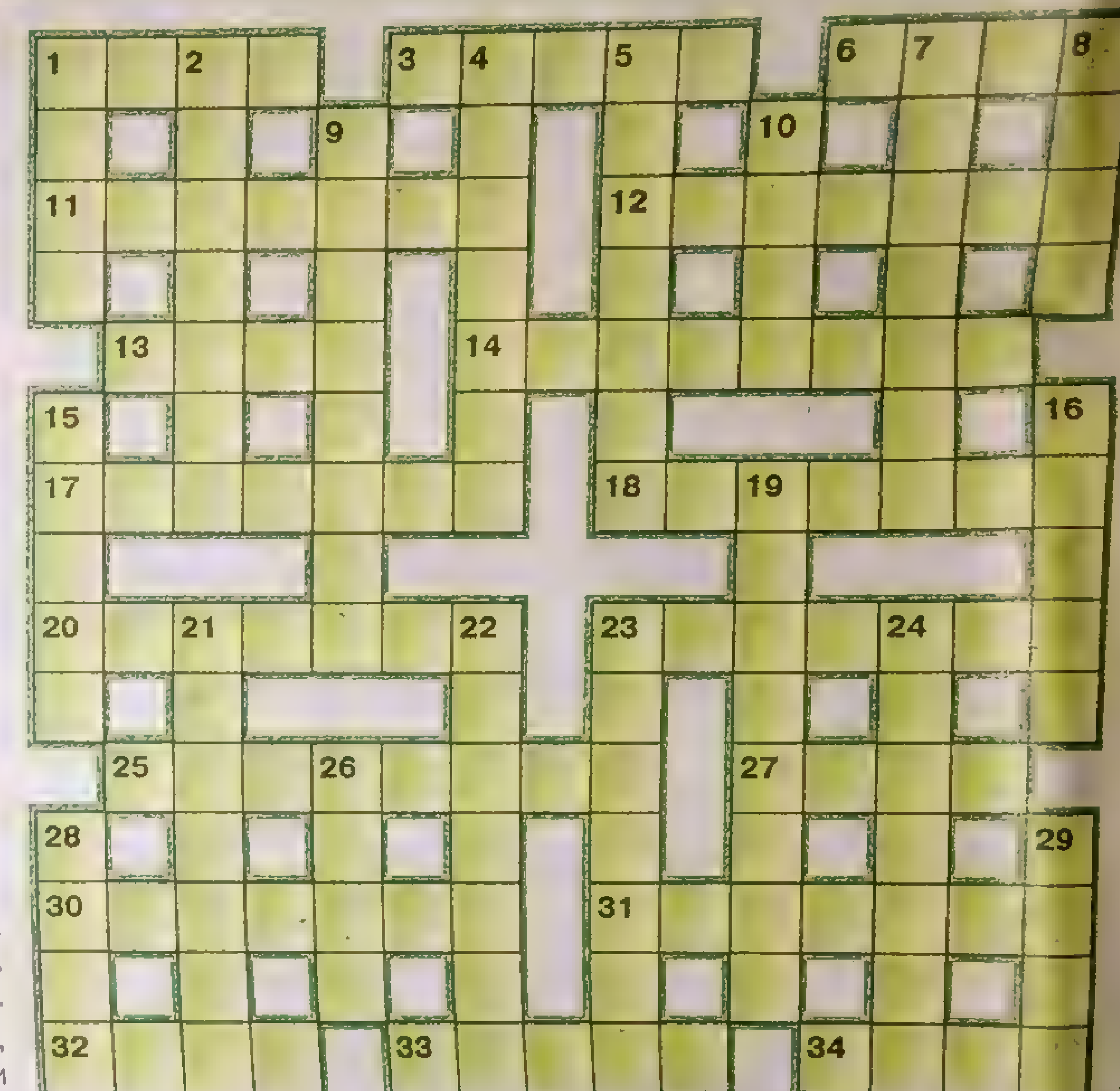


ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. **1.** Суп, где заправляет свекла. **3.** Паспортный ракурс лица. **6.** Работник ложки и вилки. **11.** Отделяет корень слова от окончания. **12.** Душистая "спальня" в деревне. **13.** Что демонстрируют при стриптизе? **14.** Портки а-ля Бульба. **17.** Яблочко мишени. **18.** Ссуда под залог недвижимости. **20.** Непряденая нить. **23.** То, за что многие борются, вместо того, чтобы просто подметать. **25.** Сорт яблок - "тезка" Свифта. **27.** Прореха в озоновом слое. **30.** Сильное помешательство. **31.** Кофе родом из Эфиопии. **32.** Там есть не только девушки, но и Луи Армстронг. **33.** Место жительства потомственных гадалок. **34.** Обаяние по-французски.

По вертикали. **1.** Гордость Брижит Бардо на пике ее карьеры. **2.** Реакция собаки на академика Павлова. **4.** Трудящаяся клуша. **5.** Набор разномастных конфет. **7.** В него долго "втираются", но из него быстро "выходят". **8.** Кг без "грамма". **9.** Он следит за новыми веяниями небесной канцелярии. **10.** Сердитость. **15.** Веселая опереточная героиня. **16.** Крайний напряг отношений. **19.** Торговое название исландского агата. **21.** Лесная полянка. **22.** Хорошо заточенная шутка. **23.** Вермут из Италии. **24.** Регион вокруг мегаполиса. **26.** Только раз бывает в жизни встреча, только раз судьбою рвется это. **28.** Колесо снаружи **29** Покупка облигаций.

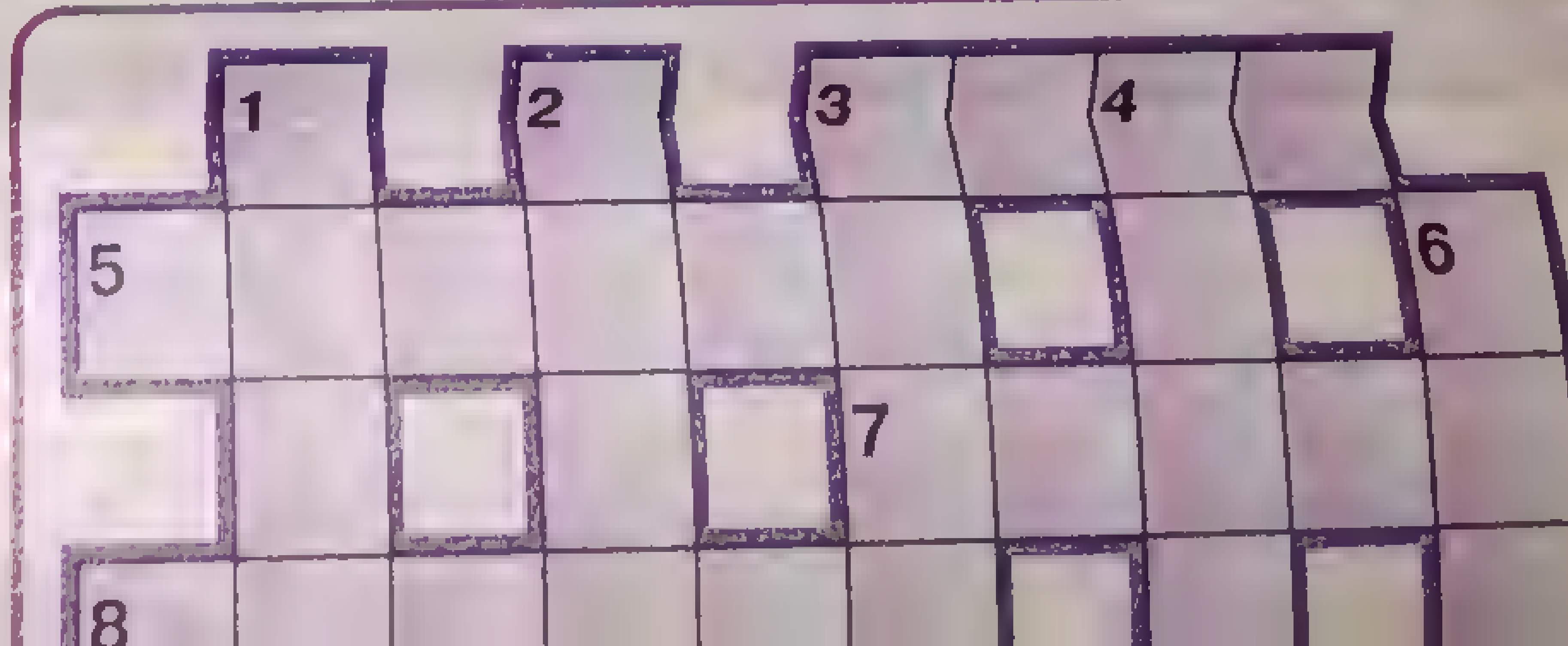
ДЛЯ МУЖЧИН



По горизонтали. **1.** Брачный полет фазана. **3.** Волчий авторитет для Маугли. **6.** "Односложное" определение скупердяя. **11.** Факт мирового значения. **12.** Знахарь-ботаник. **13.** Тусовка серафимов и херувимов. **14.** Монументалист по имени Зураб. **17.** Бизнесмен - кормилец театра. **18.** Дитя барана. **20.** В боксе - состояние временного нестояния. **23.** Самое большое государство, целиком расположенное в Европе. **25.** Шашки, где побеждает слабейший. **27.** Торжественная клятва помолчать. **30.** Римский меч. **31.** Линия, связывающая точки с одинаковым значением давления. **32.** Ящик, с которым "играют" в выборы. **33.** Искусство, где женщин носят в пачках. **34.** Битье об заклад с прононсом.

По вертикали. **1.** Повод выпить. **2.** Самый веселый болгарский город. **4.** Парижский скрипач, которого Бетховен увековечил в сонате. **5.** Успех как случайность. **7.** Альпийский Эверест. **8.** Воспитанная деликатность. **9.** Долото тонкого профиля. **10.** Званый вечер без "скачек". **15.** Любимое Пушкиным время года. **16.** Зарплата бюджетника. **19.** Врач-"вытрезвитель". **21.** Режиссер "Неуловимых мстителей". **22.** Еще не "забракованная" жена. **23.** Заведение, полное нахимовцев. **24.** Букет токийской барышне. **26.** Внедорожник крутых парней. **28.** "Дом" по-эскимосски. **29.** Расцветка десантника.

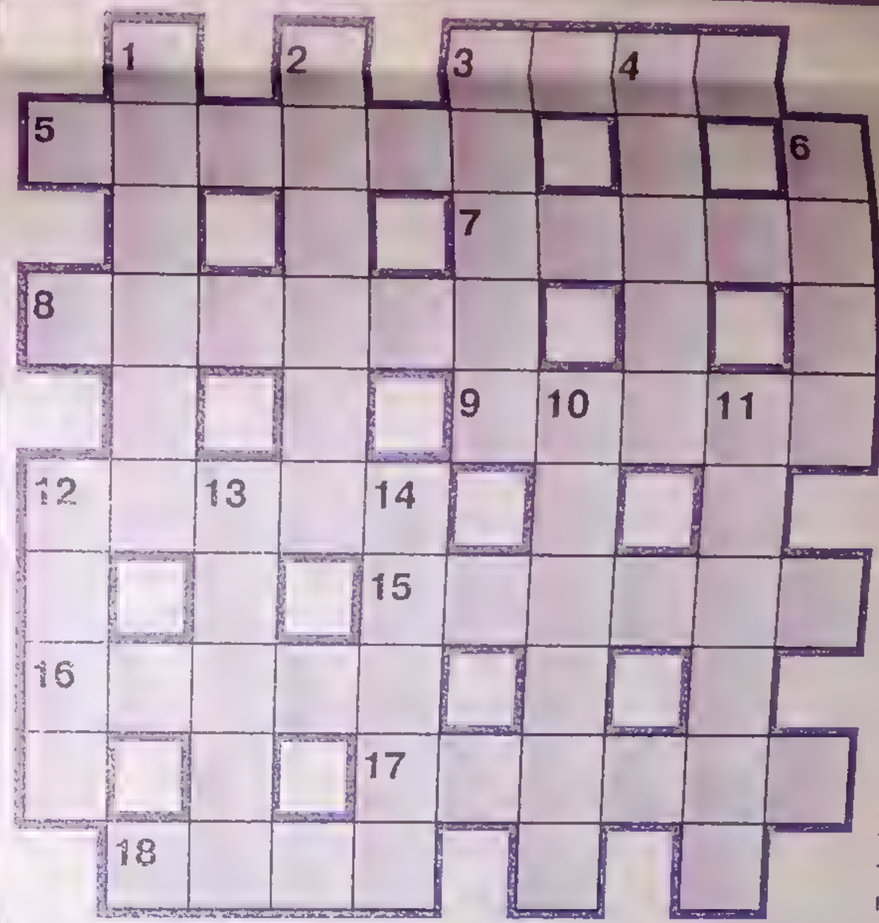
ДЛЯ ДЕТЕЙ



По горизонтали. **3.** Перечень предстоящих дел. **5.** Жмот, он же говядина и турецкий барабан. **7.** Дерибасовская в Одессе или Арбат в Москве. **8.** Посудный гарнитур. **9.** Он тянет людей в казино. **12.** Семь нет для [illegible] ражнений. **15** Палка с [illegible] дашником у [illegible] 16 [illegible]

Реакция собаки на академика Павлова. **4.** Трудящаяся клуша. **5.** Набор разномастных конфет. **7.** В него долго "втираются", но из него быстро "выходят". **8.** Кг без "грамма". **9.** Он следит за новыми веяниями небесной канцелярии. **10.** Сердитость. **15.** Веселая опереточная героиня. **16.** Крайний напряг отношений. **19.** Торговое название исландского агата. **21.** Лесная полянка. **22.** Хорошо заточенная шутка. **23.** Вермут из Италии. **24.** Регион вокруг мегаполиса. **26.** Только раз бывает в жизни встреча, только раз судьбою рвется это. **28.** Колесо снаружи. **29.** Покупка облигаций.

Рисунок Алексея ЕВТУШЕНКО.



ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 3. Список предстоящих дел. **5.** Жмот, он же говядина и турецкий барабан. **7.** Дерибасовская в Одессе или Арбат в Москве. **8.** Посудный гарнитур. **9.** Он тянет людей в казино. **12.** Семь нот для упражнений. **15.** Палка с набалдашником у франта. **16.** Звание барона, графа иль князя. **17.** Веяние из флакона. **18.** Четырехугольное бревно.

По вертикали. 1. Домомучительница Золушки. **2.** Дом из той же серии, что и чум. **3.** Перерыв звучания в музыкальном произведении. **4.** Печатная информация о спектаклях, концертах. **6.** Малявка на автодроме. **10.** Трель, зовущая в класс. **11.** Обряд, расписанный до мелочей. **12.** Мостовая через трясину. **13.** Урчит под капотом. **14.** Сборник с морями и континентами.

Ответы на кроссворды, напечатанные в № 33

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. 1. Жена. 3. Тальк. 5. Дюйм. 7. Оазис. 8. Кляча. 10. Тост. 12. Атас. 13. Лонжа. 14. Мотыль. 16. Ксилит. 19. Невезение. 22. Каллас. 24. Отрада. 25. Флирт. 26. Рапс. 28. Нота. 30. Аванс. 31. Кулон. 32. Аист. 33. Совок. 34. Арфа.

По вертикали. 1. Жест. 2. Агат. 3. Триоль. 4. Колпак. 5. Дача. 6. Мисс. 7. Осетр. 9. Атолл. 11. Инфузория. 14. Моток. 15. Липа. 17. Спирт. 18. Тезка. 20. Шляпа. 21. Фасон. 23. Сфинкс. 24. Отпуск. 26. Ряба. 27. Свет. 28. Нора. 29. Асса.

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 1. Вино. 3. Удача. 5. Люкс. 7. Полон. 8. Кража. 10. Овод. 12. Анод. 13. Кадык. 14. Ставка. 16. Аптека. 19. Компьютер. 22. Магнат. 24. Голова. 25. Война. 26. Бонд. 28. Порт. 30. Тавро. 31. Девиз. 32. Арка. 33. Грязь. 34. Ость.

По вертикали. 1. Вето. 2. Обод. 3. Удочка. 4. Африка. 5. Ложа. 6. След. 7. Пожар. 9. Ангел. 11. Эдельвейс. 14. Самум. 15. Крона. 17. Плечо. 18. "Альфа". 20. Агент. 21. Мороз. 23. Творог. 24. "Газель". 26. Буза. 27. Дама. 28. Пиво. 29. Тень.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Изумруд. 5. Юмор. 6. Нокдаун. 9. Алло. 10. Якорь. 12. Лужа. 13. Скрипка. 14. Гуща. 15. Базар. 16. Тандем.

По вертикали. 1. Июнь. 2. Мед. 3. Дюна. 4. Подлежащее. 7. Кукуруза. 8. Аэропорт. 11. Особа. 12. Лагин.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)229-88-22

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Андрей САВИЦКИЙ.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ксении ДИСТЕРОВОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Ольги НОВАКОВСКОЙ, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ, Татьяны ЯКОВЕНКО и ИТАР-ТАСС.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком Ⓚ, печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 229-88-22. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает. Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г. Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 692-83-65. E-mail: drugdoma@megcon.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в типографии ОАО "Молодая гвардия", Москва, ул. Сущевская, 21, ООО "ДИЛАРКОН". Тираж 133000 экз. Заказ № 3725
Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 1.09.2005 г. в 19.00.
Подписано в печать 1.09.2005 г. в 17.00.

ЛУЧШИЙ СОВЕТЧИК НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

ДРУГ ДОМА ©

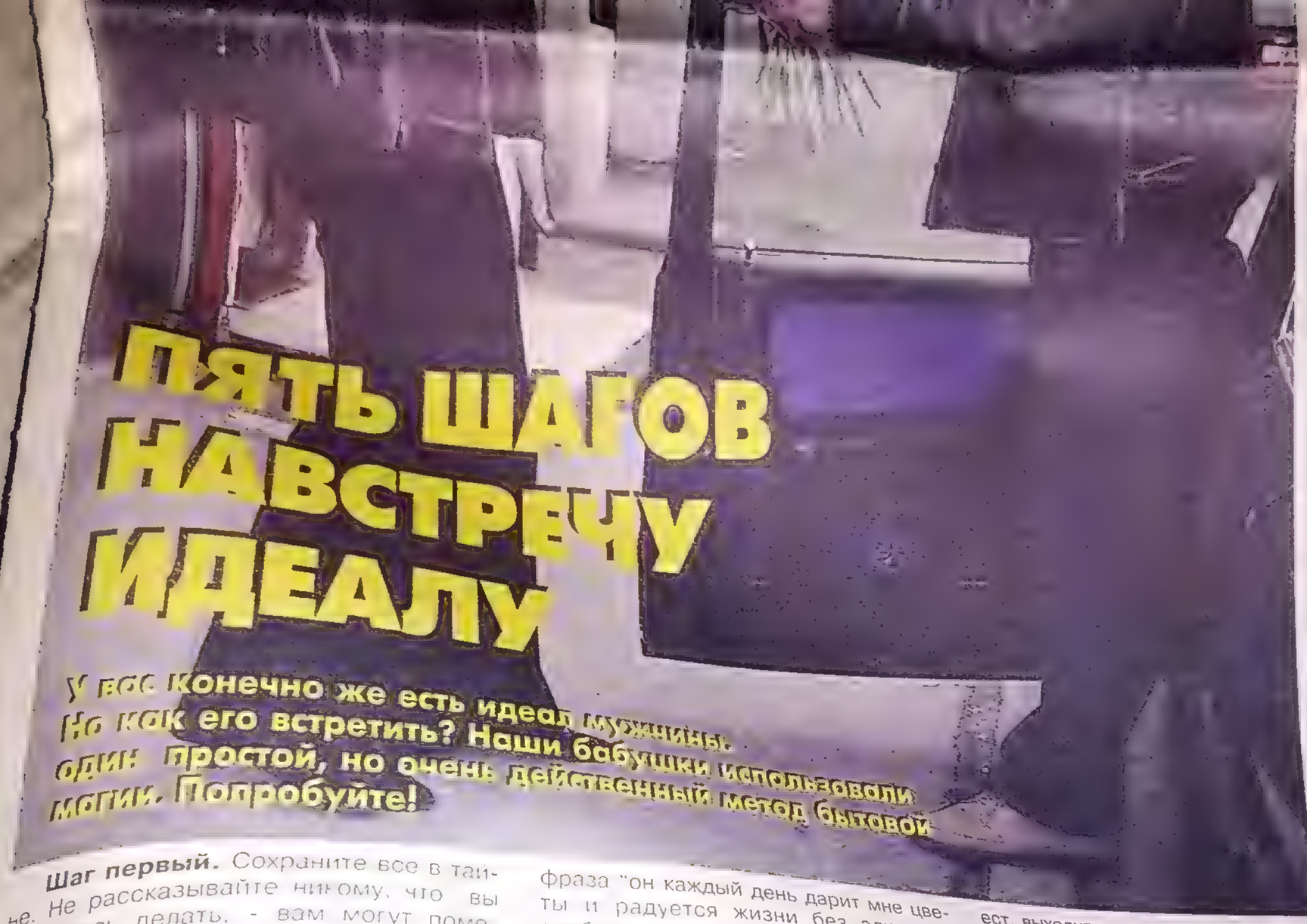
Выходит четыре раза в месяц

39/391 октябрь 2005

"Друг" приобретает глянец

Дорогие читатели!
"Друг дома" приготовил вам замечательный сюрприз.
С ноября этого года наше издание изменит свой формат, будет выходить на глянцевой бумаге, станет еще более ярким и красочным.
И конечно же более насыщенным по содержанию.
Такого "Друга", как говорится, и в руки взять приятно!
Не пропустите!

как говорится, и в руки взять приятно!
Не пропустите!



ПЯТЬ ШАГОВ НАВСТРЕЧУ ИДЕАЛУ

У вас конечно же есть идеал мужчины. Но как его встретить? Наши бабушки использовали один простой, но очень действенный метод бытовой магии. Попробуйте!

Шаг первый. Сохраните все в тайне. Не рассказывайте никому, что вы собрались делать, - вам могут помешать завистью или насмешками. Помните, что дележка шкуры неубитого медведя обычно оборачивается отсутствием этой самой шкуры.

Шаг второй. Конкретизация идеала. Вы знаете какими [illegible] ствами должен обладать [illegible] возлюбленный [illegible] детально [illegible] и по- [illegible] избегать [illegible] То есть [illegible]

фраза "он каждый день дарит мне цветы и радуется жизни без алкоголя" сработает гораздо лучше, чем "хорошо бы он не пил и цветы всегда дарил".

Шаг третий. "Удержание" идеала. Зафиксируйте созданный вами образ на бумаге. Возможно, вы увидите что-то лишнее или обнаружите, что забыли что-то важное. Скажите себе: "У моего идеала есть и такие качества" - и допишите их. Частица "не" недопустима!

Шаг четвертый. Создание мощного зрительного образа. Представьте себе своего суженого во всех подробностях. Как он одет? Как он смеется, ест, выходит из машины? Представьте, как вы радуетесь его любви, заботе, вниманию. В противном случае вы рискуете встретить идеального мужчину, не вызывающего у вас никаких чувств.

Шаг пятый. Материализация мечты. Теперь главное - не сомневаться в том, что встреча состоится. Не забывайте о том, что бытовая магия не дает быстрых результатов и придется запастись терпением. Можно говорить себе каждый вечер перед сном: "Этот день еще приблизил меня к встрече с мужчиной моей мечты!"

Александра СМИРНОВА.

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ

И наступила развязка... Завершен наш конкурс "Бестселлер - 2005" - стр. 3

Витамины для кожи - стр. 4

Жалобы на секс - стр. 5

Грузинская жена - стр. 6

Лекарство из пятака - стр. 7

ISSN 1563-2334
9 771563 233006

Меняю жену на сестру

Здравствуй, моя любимая газета! Хочу рассказать, что в моей жизни произошло. Никогда бы не подумала, что стану любовницей. Но знала бы, где упаду, - соломки подстелила бы.

Все началось с моего брата. Всегда он непутевый был. А тут увидел на улице очень красивую девушку и влюбился. Да так, что перестал есть, спать и говорил только о ней. Я выяснила, что Таня замужем за хозяином престижной стоматологической клиники. "Тебе двадцать пять уже, а ума никакого! Куда ты лезешь?" - отчитывала Лешку наша мать. "Зубы тебе выбьет ее муженек, а вставлять к нему же пойдешь", - мрачно шутила я. Леша впал в депрессию. Я пыталась знакомить его с девчонками из нашего рекламного агентства, но он отказывался и по-прежнему говорил только о Тане. А потом мой брат неожиданно исчез на двое суток. Мы обзванивали морги и больницы, когда он заявился под утро с улыбкой до ушей. Мать в сердцах дала ему по башке: "Ты где был? У этой?! Чтобы в последний раз!" Леша рассказал, что выследил Таню рядом с ее домом, разговорился с ней, выяснил, что он ей тоже понравился, и она позвала его к себе, сказав, что муж уехал на три дня. Я ему не поверила, но сказала еще раз, что он играет с огнем.

Недели через две он пришел с улицы мрачнее тучи и сказал, что Таня бросила его, потому что боится, что муж обо всем узнает. Мы с матерью вздохнули спокойно, но ненадолго - начались звонки с угрозами. Кто-то грозился "прислать этого щенка в посылке по частям, если он будет лезть не в свое дело!"

Леша клялся, что больше не видел Таню, но я ему опять не поверила. Я решилась на отчаянный шаг - на разговор с Семеном Аркадьевичем, мужем Тани.

Поздно вечером я подошла к клинике. Когда Семен Аркадьевич подходил к своей машине, я умоляющим тоном попросила его поговорить со мной. Узнав, что дело касается его жены, он пригласил меня в машину. Там я рассказала ему все. Под конец я расплакалась. Мне было очень стыдно. А он заглянул в свой органайзер и сказал, что во время его отлучек за Таней ведется круглосуточная слежка. "Она мне с вашим братом не изменяла. Врет он". Я выскочила из машины и побежала домой. Как я орала на брата! В конце концов он признался, что не был с Таней, а играл в карты и проиграл довольно много денег. Я сказала, что оплачу долг, но если он влипнет еще куда-нибудь, мы выгоним его из дома.

На следующий день Леша пошел отдавать деньги, а вечером вернул мне всю сумму! По его словам, на месте встречи стоял Семен Аркадьевич, который не только заплатил за него, но и предложил ему забрать жену, которая "надоела хуже горькой редьки, но только в обмен на твою сестру". Мое терпение лопнуло, и Леша собрал вещи и сбежал к приятелю. А на следующий день Семен Аркадьевич позвонил мне на работу (я обронила у него в машине свою визитку) и поинтересовался, согласна ли я. Оказывается, мой брат на этот раз не соврал! "Да я видел тогда, как он у нашего подъезда ошивался, - говорил Семен Аркадьевич. - Да и она на него запала. Пустышка она, красивая только. Знает, что слежу за ней, а иначе бы рога до потолка у меня были. Если со мной будешь, братику твоему зеленый свет дам, пусть хоть совсем уводит". Я посмотрела в глаза этому красивому седеющему мужчине и сказала "да".

Вот уже полгода Леша встречается с Таней, а я - с Семеном Аркадьевичем. Мать махнула на нас рукой. Таня клянется Леше в любви, но разводиться не хочет. Семен Аркадьевич - тоже. А жаль, я бы такому никогда не изменила. Так и ходим по кругу.

Элеонора.
Новосибирск.

Конкурс

ТЫКВА ПРЕВРАТИЛАСЬ В ПРИЗ

"Друг дома" в каждом очередном номере определяет самый вкусный рецепт и наиболее полезный совет из числа присланных в газету нашими читателями. Приз **1000 рублей** получает один победитель.

По итогам конкурса в "Друге дома" № 38 приз получает **Юлия Андреевна РАССКАЗОВА** из Астрахани. Ее блюда из тыквы показались нам наиболее оригинальными.

Поздравляем победителя!

Чтобы принять участие в нашем конкурсе, надо отправить в редакцию свои наиболее удачные кулинарные рецепты, оригинальные полезные советы, проверенные на себе диеты, гимнастики и т.д. При этом не забывайте полностью указывать свои адрес, фамилию, имя и отчество.

МАРУСЯ ЗАРАБОТАЛА СМЕТАНУ

Моя мама всегда с пренебрежением относилась к кошкам, хотя всегда мы выращивали и гусят, и утят, и [illegible]. А с кошками - как-то не [illegible]. Но в селе, где в [illegible] дворе цыплята и по- [illegible] обязательно собира- [illegible] много мышей и крыс. [illegible] ... достью согласилась посодействовать.

Наша кошка в то время воспитывала котят, уже учила охотиться по ночам. Из пяти котят я выбрала самую красивую кошечку и отвезла ее на новое место жительства. Кошечку нарекли Маруськой из-за бе- [illegible] ... цветочной клумбе посреди двора красовалась кучка лапок и хвостиков мышиных - остатки от ночной трапезы Маруськи. Потом наступило затишье, кучек с лапками и хвостиками нигде не было видно, и хозяйка запаниковала, считая кошку лентяйкой. Но я не задумываясь стала защищать и оправды- [illegible] ... хочет есть, пусть просто задушит крысу и принесет, чтобы я убедилась своими глазами. За это я ей сметаны налью". Во время нашего спора Маруся сидела в сторонке и спокойно наблюдала за тем, как мы накрывали на стол, и терпеливо ждала, как же будут развиваться события. Услышав о сметане, она быстро смекнула, что от нее требуется, и уже через 5 минут кошка сидела с крысой в зубах и терпеливо ждала обе-

ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "Источник здоровья".

В этом выпуске мы **расскажем, как оказать помощь гипертонику, о том, как лечить различные заболевания... кар-**

МАРУСЯ ЗАРАБОТАЛА СМЕТАНУ

Моя мама всегда с пренебрежением относилась к кошкам, хотя всегда мы выращивали и гусят, и утят, и поросят. А с кошками - как-то не сложилось. Но в селе, где в каждом дворе цыплята и поросята, обязательно собирается много мышей и крыс. Если у нас мышей слишком много шкодили, мы оставляли двери в сараи открытыми, и тогда к нам на помощь приходили соседские кошки. А однажды, воспользовавшись распахнутой дверью, мышки забрались в дом. И когда мама взмолилась о помощи, я с радостью согласилась посодействовать.

Наша кошка в то время воспитывала котят, уже учила охотиться по ночам. Из пяти котят я выбрала самую красивую кошечку и отвезла ее на новое место жительства. Кошечку нарекли Маруськой из-за белого пятна, похожего на платок, повязанный на кошачьей головке. Изредка навещая маму, я с удивлением выслушивала похвалы в адрес Маруськи, несмотря на ее мелкий возраст. Кошечка ловила гораздо больше мышей, чем могла съесть. И каждое утро на цветочной клумбе посреди двора красовалась кучка лапок и хвостиков мышиных - остатки от ночной трапезы Маруськи. Потом наступило затишье, кучек с лапками и хвостиками нигде не было видно, и хозяйка запаниковала, считая кошку лентяйкой. Но я не задумываясь стала защищать и оправдывать свою малышку. "Если на глаза не попадается кучка лапок и хвостиков - это совсем не значит, что кошка не ловит мышей", - с обидой в голосе доказывала я. Наконец, устав от дискуссии, мама смирилась. "Хорошо, если она сейчас не хочет есть, пусть просто задушит крысу и принесет, чтобы я убедилась своими глазами. За это я ей сметаны налью". Во время нашего спора Маруся сидела в сторонке и спокойно наблюдала за тем, как мы накрывали на стол, и терпеливо ждала, как же будут развиваться события. Услышав о сметане, она быстро смекнула, что от нее требуется, и уже через 5 минут кошка сидела с крысой в зубах и терпеливо ждала обещанной сметаны.

Прошло уже 8 лет с тех пор, а Маруся все так же живет у мамы и радует ее своим послушанием.

Светлана ШАМАРДАК.
г. Прохладный,
Кабардино-Балкария.

ОБОРОТНАЯ СТОРОНА ЛЮБВИ

Много лет читаю вашу газету. У меня уже собралась целая подборка ваших рецептов. А советы психологов очень помогли мне в семейной жизни. Дело в том, что у меня абсолютно неревнивый муж. Как будто ему безразлично - где я, чем занимаюсь, смотрят ли на меня другие мужчины. Сама я его очень люблю и ужасно ревную, тем более что он часто ездит в командировки.

Я даже хотела спровоцировать его на ревность и посмотреть, что из этого выйдет.

А потом прочла статью в вашей газете, где все как про нас с мужем написано. Оказывается, чем сильнее один супруг ревнует, тем спокойнее становится другой. Более того, тот, кого ревнуют, со временем начинает уставать от всех этих сцен. И действительно, если не охладеет, то наверняка подумает: "Раз меня так ревнуют, значит, боятся потерять". А именно эта мысль и нередко толкает его на измену.

В общем, провоцировать ревность мужа я не стала. Ведь автор статьи утверждала, что можно было добиться прямо противоположного эффекта. Тут не угадаешь, кто как себя поведет. Зато слегка "снизила обороты", перестала устраивать ему сцены, стала почаще ездить в гости к родителям на два-три дня. Пару раз звонила мужу на работу и сообщала, что вечером собираюсь с подругой в кафе - ей, мол, срочно надо что-то обсудить. А заодно стала побольше за собой следить - новую прическу сделала, новый костюм прикупила.

В общем, смотрю, супружник стал относиться с большим вниманием. Словно понял, что кроме него, любимого, у меня в жизни еще какие-нибудь интересы могут быть. Кстати, и ваш психолог говорила, что мужчины гораздо сильнее привязываются к тем женщинам, которые уважают себя и не "растворяются" в партнере. А не попадись мне эта статья, даже и не знаю, как бы дальше наша жизнь сложилась.

Валентина САЗОНОВА.
Кемерово.

ХОЧУ СПРОСИТЬ...

"Друг дома" старается отвечать на все вопросы читателей, представляющие интерес для большинства. Чтобы вам было удобнее их формулировать, предлагаем специальный купон.

Хочу спросить у "Друга дома" о...

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Целебные тетрадки

Выписываю вашу газету уже пять лет. С удовольствием читаю сама, даю почитать и соседкам, и коллегам на работе.

Коллектив у нас женский, так что все с нетерпением ждут каждый новый номер. Одни кулинарией больше интересуются, для других про вязание-вышивание интереснее. А я народной медициной увлекаюсь. Поэтому всегда стараюсь вырезать рецепты различных отваров и сборов. У меня уже несколько тетрадок таких вырезок набралось. Одна про сердце (я гипертоник со стажем), другая про детские болезни (ее я начала собирать, еще когда дочка маленькой была, а теперь двух внуков воспитываю), третья про зрение (у меня близорукость с детства). Дочка их так и называет "целебные тетрадки" Вот и стараемся больше народными средствами лечиться.

А недавно у меня новое увлечение появилось - некий гибрид кулинарии и траволечения. Кстати, впервые я об этом в "Друге дома" прочла. И теперь стараюсь выяснять, какие продукты при каких болезнях помогают, что при каких заболеваниях нужно есть. А с другой стороны - какие целебные травы в качестве приправ можно употреблять. Например, в чай обязательно различные травы добавлю или специальные настои готовлю. Особенно это полезно осенью и зимой, когда всевозможные простуды начинаются. Мы всей семьей их пьем и практически не болеем.

Анна КОЗЫРЕВА.
Псков.

ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ

Дорогие читатели!

Напоминаем, что одновременно с этим номером "Друга дома" вышло его очередное приложение "Источник здоровья".

В этом выпуске мы расскажем, как оказать помощь гипертонику, и том, как лечить различные заболевания... картофелем и облепихой, как бороться с аллергией на косметику.

Требуйте и покупайте новый сборник у распространителей печатной продукции. Вы можете оформить подписку на сборник "Источник здоровья".

Наш подписной индекс - 15932 в Объединенном каталоге "Пресса России", т. I, стр. 94.

НЕ ЗАБУДЬТЕ ПОДПИСАТЬСЯ!

Нуждаетесь в надежном совете хорошего друга? Так пригласите его домой!

Между тем купить "Друг дома" у распространителей становится все труднее. Поэтому лучший выход - пойти на почту, найти в I томе на 94-й странице Объединенного каталога "Пресса России" (он зеленого цвета) наш индекс - 34199 и оформить подписку на "Друга дома" на следующее полугодие.

НАРОДНОЕ РАДИО
СВ 612 кГц
С 7.00 до 19.00
ДЛЯ ВСЕХ
И ДЛЯ КАЖДОГО
www.narodinfo.ru
E-mail: narodinfo@km.ru

ДД

ПИСЬМЕНО В КОНВЕРТЕ

БЕСТСЕЛЛЕР-2005

Вот и пришло время, когда наш бестселлер подошел к концу. И сегодня мы публикуем его последнюю главу. Как мы и обещали, самые активные соавторы будут номинированы на премию "Друга дома". Три победителя получат по 3000 рублей. Их имена, а также название нашего романа будут опубликованы в следующем номере нашей газеты.

С каждой новой главой наш детектив становится все более захватывающим, судьбы персонажей оказываются переплетены между собой самым неожиданным образом, разгадку тайн нужно искать в прошлом, а те, на чью помощь нужно было бы рассчитывать в первую очередь, оказываются в рядах недоброжелателей. Главную героиню, кардинальным образом изменившую внешность, похищают бандиты. А выбраться из неприятной ситуации Татьяне помогает ее отец, который, как выяснилось, в этой ситуации лицо отнюдь не стороннее. Да и вообще оказалось, что большинство участников этой истории знакомы друг с другом гораздо ближе, чем можно было предположить. Но какие бы хитроумные планы по поимке преступников не строили мужчины, с женской логикой им не совладать. А в это время злоумышленники начинают убирать свидетелей.

И сегодня мы предлагаем заключительную версию Светланы КОРОЛЬКОВОЙ из Санкт-Петербурга. После литературной обработки продолжение нашего повествования выглядит следующим образом.

Значит, пока меня не было, они все же до нее добрались. А она была так уверена, что документы обеспечат ей безопасность. Но как они могли узнать, что Анжела у меня? Или нас опять перепутали, и убийца приходил ко мне? Эта мысль была столь ужасной, что я постаралась побыстрее прогнать ее прочь.

Занятая размышлениями, я не заметила, как мы подошли к отцовской машине, в которой собрался весь наш "военный совет" в лице Потапова и Главной Ошибки. Ох, неспроста все это! Поздоровавшись, я решила уточнить, что же произошло в моей квартире, почему меня даже к порогу не подпустили и каким образом милиция оказалась здесь в столь рекордно короткие сроки. Мужчины переглянулись, и, словно заручившись молчаливым согласием коллег, следователь прояснил ситуацию.

Милицию вызвала соседка. Сначала ее удивили исходные вопли попугая, который во всю мочь кричал: "Помогите, спасите, убивают", а полуоткрытая дверь убедила ее, что здесь не все в порядке. Больше того, попытавшись войти в квартиру, она увидела лежавшую на полу женщину и брошенный рядом пистолет. Не вдаваясь в подробности, соседка тут же вызвала "скорую", а немного подумав - милицию.

Судя по тому, что убитая была найдена в коридоре, логично предположить, что дверь убийце она открыла сама. Откуда он узнал ее местонахождение, сказать сложно. Но, скорее всего, она позвонила ему сама и договорилась о встрече. В пользу этой версии говорит то, что последний звонок с ее мобильного телефона был сделан примерно за полчаса до трагедии. Сейчас специалисты выясняют, кому принадлежит номер. Но шансов, что это поможет найти убийцу, практически нет.

Исходя из всего этого, можно с уверенностью сказать, что убийца был из числа близких знакомых, потерпевшая ему доверяла и никак не могла предположить, что он представляет для нее опасность. Учитывая ту непростую ситуацию, в которой она оказалась, могла идти речь о сделке: она дает информацию, он - обеспечивает безопасность. Но киллер рассудил, что сначала нужно убрать свидетеля, а затем получить интересующие его документы, так сказать, из другого источника. И только расторопность соседки помешала ему реализовать свои намерения.

На этой фразе все как-то странно посмотрели на меня, как бы намекая на то, что я и есть тот самый источник. А отец, не привыкший терять время попусту, заявил: "Так что давай, Татьяна, выкладывай, что ты из офиса прихватила. И не вздумай мне говорить, что все это представление в "Эдельвейсе" было устроено из-за пары забытых чулок. В конце концов именно из-за этого убили твою подругу". Понимая, что шансов у меня нет, пришлось отдать им добытую с таким трудом папку. Вот так всегда, вся грязная работа достается мне, а лавры победителя - родителю. "Видишь ли, дочка, - продолжал отец, с интересом рассматривая содержимое папки, - мы не знали, что именно нужно искать, поэтому и решили не мешать вам, справедливо рассуждая, что в конечном итоге ты все равно нам это принесешь". Короче, меня попросту использовали, и папа даже не счел нужным скрывать, что мне с самого начала отводилась роль маленькой пешки в их игре. А я-то чувствовала себя почти Шерлоком Холмсом. Наверное, нужно было что-то сказать, поздравить их с удачным завершением операции, признать их правоту и оценить достоинства мужской логики. Но в горле стоял комок, а на глаза наворачивались слезы.

Вот так и закончилась эта история. Если честно, то мне хочется поскорее забыть о ней. Я по-прежнему работаю дизайнером. Коллеги, узнав об этих происшествиях, называют меня не иначе как "доморощенная мисс Марпл" или "Ниро Вульф в юбке". Но это преувеличение. Хотя отец утверждает, что именно мои безрассудные поступки и неумелая ложь заставляли противника нервничать и делать ошибки. "И вообще женская логика весьма далека от здравого смысла. А поскольку мы имели дело с дамой, то лучшего помощника, чем ты, и придумать было нельзя", - заявил родитель.

Материалы, собранные Анжелой, очень обрадовали следствие. С их помощью удалось доказать сотрудничество ряда депутатов с криминальными структурами, выявить финансовые махинации одного из крупнейших банков, получить информацию о парочке киллеров высочайшего класса.

Кстати, одним из них оказался и последний приятель Анжелы - тот самый высокий тип с мертвыми глазами. Его довольно быстро удалось найти. Понимая, что следствие располагает неопровержимыми доказательствами, он начал давать показания. В том числе он признался и в убийстве Анжелы. В его планы входило также дождаться меня и любыми способами завладеть папкой.

Потапов пошел на повышение. Но как ни старается отец переманить его в свое подразделение, тот ни в какую не соглашается уйти из прокуратуры.

Компания "Эдельвейс" прекратила свое существование. Впрочем, ее бывший вице-президент успешно продолжает трудиться на ниве бизнеса. Наши с ним отношения переживают эпоху Возрождения, и, похоже, он твердо намерен из Главной Ошибки превратиться в Главную Удачу моей жизни. Я, в общем-то, не возражаю.

...она увидела лежавшую на полу женщину и брошен-

...киллер рассудил, что сначала нужно убрать свидетеля, а затем получить интересующие его документы, так сказать, из

...Короче, меня попросту использовали, и папа даже не счел нужным скрывать, что мне с самого начала отводилась роль маленькой пешки в их

...доказать сотрудничество ряда депутатов с криминальными структурами, выявить финансовые махинации одного из

...он твердо намерен из Ошибки превратиться в Главную Удачу моей жизни. Я, в общем-то, не возражаю...

Маскарад для жениха

Если честно, я всегда считала себя очень счастливым человеком. У меня прекрасные родители, интересная работа, приятные друзья, необременительные поклонники. В общем, живу в свое удовольствие. Хотя мама считает, что работа отнимает слишком много времени. Но иначе нельзя, все-таки я вице-президент довольно крупной фирмы. К тому же имею довольно приятную внешность и отличную фигуру. По крайней мере, никто не скажет, что мне за тридцать.

Однако мою маму очень беспокоит, что она еще не приобрела статус тещи. Поэтому желание выдать меня замуж приобрело у нее просто маниакальный характер. При любом удобном случае она старается присмотреть мне какого-нибудь жениха. Вот и Павел - свежеразведенный сын ее коллеги - оказался не исключением.

Уж не знаю, что там наговорила моя родительница, но он милостиво согласился пригласить даму в театр. Маменька даже расстаралась приобрести билеты на весьма нашумевшую премьеру. По взаимной договоренности кавалер должен был ожидать меня у входа в театр за полчаса до начала спектакля. "Ты его сразу узнаешь", - многообещающе напутствовала меня мама

К визиту в театр я готовилась с особой тщательностью. Специально купленное на вещевом рынке платье, стоптанные сапоги, дешевая сумочка. Хуже, конечно, дело обстояло с внешностью - усилия дорогого парикмахера очень сложно свести на нет. Но я решила, что незнакомый мужчина вряд ли обратит внимание на такие тонкости. И натянув куртку, в которой обычно гуляю с собакой, я отправилась в театр.

Около театра я оказалась практически вовремя и принялась оглядываться в поисках респектабельного мужчины с роскошным букетом. Во всяком случае, все мамины протеже выглядели именно так или старались произвести подобное впечатление. Но, к моему удивлению, все импозантные мужчины проходили в сопровождении не менее импозантных дам. Невзирая на теплый сентябрьский вечер, облаченных в дорогие меха. Время шло, и я уже собиралась уходить, когда ко мне подошел высокий мужчина в невзрачном плаще, неловко сжимавший в руке чайную розу. "Простите, вы Юлия?" - спросил он и, получив утвердительный ответ, протянул мне цветок. "А я - Павел", - обрадованно представился он. Совершенно сбитая с толку, я прошла за ним в фойе.

Спектакль был хороший, а Павел оказался весьма милым собеседником. Правда, наши наряды слишком сильно выделялись на общем фоне. Но моего спутника это не волновало, а я находила ситуацию довольно забавной.

В антракте мы отправились в буфет. Но тут меня ожидал сюрприз. Краснея и зеленея одновременно, Павел смущенно произнес, что с учетом этих цен он может угостить меня максимум чашечкой кофе. Я, признаться, рассчитывала еще и на шампанское с десертом. Поэтому, чтобы не смущать нового знакомого, предложила, что каждый будет платить за себя. Павел уже расплачивался за свой кофе, и тут я внезапно поняла, что кошелек, из которого мой спутник вытаскивал замусоленную сторублевку, стоит, мягко говоря, очень недешево. А уж в таких вещах я разбираюсь великолепно. Повнимательнее присмотревшись к своему кавалеру, я обратила внимание на дорогие часы, ухоженные руки. И тут я с ужасом осознала, что достаю из сумки не менее изысканный кошелек, а Павел очень внимательно за этим наблюдает. Заметив, что маскарад раскрыт, мы совершенно искреннее расхохотались.

"Видите ли, ваша мама говорила, что при первом знакомстве вы обычно скрываете свою должность, приходите на встречу столь своеобразно одевшись. Таким образом, сразу же, выражаясь современным языком, проверяете человека на вшивость. Я вполне вас понимаю. Дело в том, что я сам несколько раз сталкивался с тем, что интересую дам не как человек, а как директор крупного издательства. Поэтому я тоже время от времени прибегаю к столь же необычной форме знакомства. Так что у нас с вами действительно много общего", - прояснил ситуацию Павел.

Вечер закончился в ресторане, где мы прекрасно провели время.

Юлия.
Москва.

Ложная скромность

Хочу рассказать вам свою историю. Мы с Василием познакомились уже не в молодом возрасте, нам было за сорок. Оба разведенные, у обоих взрослые дети. Стали мы жить вместе.

О браке мы не говорили - жили и жили себе... мне и неудобно казалось поднимать такой разговор. Стеснялась, вдруг он подумает, что только этого мне и надо. Прожили мы вместе почти десять лет, работали не покладая рук, купили маленький домик, развели свое хозяйство. А потом вдруг случилось несчастье - Василий погиб. Не успела я пережить горе, как явился его сын и попросил меня уехать из нашего дома (все было оформлено на Васю). И срок дал - месяц. Я пыталась объяснить, что он куплен на наши общие деньги и идти мне некуда. Но мне в ответ было сказано: дом оформлен на отца, а вы ему никто, даже не жена. И формально он был прав. И вот теперь лью слезы и собираюсь на старости лет неизвестно куда. А все из-за каких-то непонятных страхов и ложной скромности, ведь если бы была женой - имела на все полное право.

Милые женщины, не повторяйте моих ошибок! В жизни случается всякое, никто и ничто не вечно, отбросьте ложную скоромность и обязательно думайте о своем будущем!

Варвара Ильинична П-ВА.
г. Скопин
Рязанской области.

Каждому: склеивание почтовых конвертов, ручная фасовка семян, сборка авторучек, другая надомная работа! Заработок до 12 500 рублей. Контракт. Материалы почтой. 454135, Челябинск, а/я 11283 + конверт с о/а.

Секрет плоского живота

Актриса Алена ХМЕЛЬНИЦКАЯ свою карьеру в кино начала с фильма "Сердца трех", но сегодня ее все знают и по фильмам ее мужа кинорежиссера Тиграна Кеосаяна, таким, как "Ландыш серебристый", "Внучка президента", "Мужская работа", а также по сериалам "Марш Турецкого", "Русские амазонки", "Ундина". Будучи красивой женщиной от природы, Алена мало внимания уделяет своей внешности.

- Летом мне достаточно загара, а зимой загар заменяет тональная пудра и немного румян. А еще мне нравится мое лицо слегка осунувшимся, но для этого нужно, чтобы общая форма была в порядке. Если появляются два-три килограмма избыточного веса - все уже нарушается. Они довольно часто возникают, эти плавающие килограммы, я их сразу же замечаю, и мне становится нехорошо.

Впрочем, кое-какие секреты для поддержания хорошей фигуры у актрисы все-таки есть.

- Для хорошей фигуры и, что еще очень важно, для хорошего здоровья необходим плоский живот. Поэтому я ежедневно качаю пресс.

Делать это нужно так: сядьте на пол, ноги согните в коленях, руки за голову или сложите на груди и начинайте раскачиваться вперед-назад, откидываясь назад как можно дальше, но ни в коем случае не ложитесь на спину, а только едва касайтесь лопатками пола.

ВИТАМИНЫ ДЛЯ КОЖИ

Знаете ли вы, что ваша кожа нуждается не только в разнообразных кремах? Для ее здоровья и красоты необходимы витамины и полезные вещества с тарелки.

Абрикос входит в состав масок, скрабов и шампуней. Мягко очищает и питает кожу

Сок алоэ прекрасно разглаживает кожу, омолаживает ее и предотвращает появление морщин.

Яичный белок - основа многих лечебных масок. Подсушивает кожу, стягивает

Горчичный порошок подходит для жир-

Лечит различные трещины снимает жирный блеск

Мед очищает и питает кожу, делает ее мягкой, бархатистой. Также обладает антисептическим действием

Молоко отбеливает кожу В смеси с водой (2 : 1) может использоваться для умывания сухой и чувствительной кожи лица и шеи

Морковь богата каратином, смягчает кожу, снимает раздражение, воспаление, применяется как омолаживающее средство.

Овсяные хлопья устраня-

масок для сухой и увядающей кожи, смягчает, питает и очищает ее (масло иногда используют и как массажное средство). Предварительно оливковое, соевое, подсолнечное или кукурузное масло рекомендуется стерилизовать на водяной бане в течение примерно 15 минут.

Ржаной хлеб в размоченном виде используется для умывания при сухой коже. Он омолаживает и снимает раздражение и покраснение кожи.

В какой-то момент многие люди, к своему неудовольствию, замечают, что любимая вещь стала мала. Надо худеть. Польские специалисты разработали комплекс упражнений, занимаясь которыми по полчаса три-четыре раза в неделю, вы не только опять сможете надевать свою любимую юбку или брюки, но и избавитесь от риска приобрести диабет, сердечно-сосудистые и другие заболевания.

ВОЗВРАЩЕНИЕ ЭЛЕГАНТНОЙ ФИГУРЫ

Выберите подходящее время для занятий с учетом того, что выполнять упражнения можно не раньше чем через полтора после еды и не менее чем за два часа до отхода ко сну.

Разомните мышцы, как это делают спортсмены перед напряженной тренировкой или соревнованиями. Этим вы подготовите их к нагрузке и убережете себя от травм и растяжений.

затылке. Быстро поднимите туловище как можно выше, а затем быстро, но плавно возвратитесь в исходное положение. Упражнение выполняйте 30 раз с передышками после каждых десяти повторов.

Упражнение 4. Исходное положение - лечь на спину, руки завести за голову, ноги слегка согнуть в коленях и зафиксировать стопы как в упражнении 3. Быстро

сушивает кожу, стягивает поры.

Горчичный порошок идеально подходит для жирной кожи, удаляет излишки кожного сала.

Яичный желток содержит калий и фосфор, входит в состав питательных и очищающих масок, предупреждает появление морщин, оказывает лечебное действие на жирную кожу при угревой сыпи.

Земляника известна как прекрасное омолаживающее средство. Содержит витамин С, повышает эластичность тканей.

Капуста квашеная освежает кожу, делает ее матовой, лечит различные трещинки. Одним словом, это готовая подсушивающая и стягивающая маска для жирной кожи.

Кисломолочные продукты (сметана, творог, молочная сыворотка, простокваша) прекрасно отбеливают кожу. Если она жирная, очищают от избытка кожного сала, а сухую или нормальную освежают.

Клубника входит в состав многих питательных и увлажняющих масок. Содержит незаменимые для здоровья кожи витамины и микроэлементы.

Лимон обладает вяжущим действием, отбеливает кожу.

Морковь богата кератином, смягчает кожу, снимает раздражение, воспаление, применяется как омолаживающее средство.

Овсяные хлопья устраняют зуд и шелушение, хорошо очищают кожу, питают сухую, жирную делают более гладкой и эластичной, тонизируют и укрепляют ослабленные мышцы.

Огурец отбеливает кожу, снимает раздражение, увлажняет и освежает.

Пищевые дрожжи содержат витамины группы В, укрепляют вялую кожу, питают сухую, очищают жирную, смягчают нормальную.

Растительное масло - незаменимый компонент

Ржаной хлеб в размоченном виде используется для умывания при сухой коже. Он омолаживает и снимает раздражение и покраснение кожи.

Сливки - мягкое очищающее средство для сухой кожи.

Сода пищевая используется для смягчения жесткой водопроводной воды, непригодной для умывания.

Соль обладает прекрасной проникающей способностью. В маски рекомендуется добавлять немного соли для ускорения "доставки" питательных веществ и витаминов в глубинные слои эпидермиса.

Яблоко укрепляет кожу, снимает раздражение.

Мария ДЕБАБОВА.

делают спортсмены перед напряженной тренировкой или соревнованиями. Этим вы подготовите их к нагрузке и убережете себя от травм и растяжений.

Для начала не обращайте внимания на цифры, которые будут приведены далее, а делайте движения до тех пор, пока не почувствуете легкую усталость. С каждым днем постепенно увеличивайте нагрузку.

Перед тем как приступить к выполнению каждого следующего упражнения, одну-две минуты встряхивайте, растягивайте и расслабляйте группы мышц, испытывающих усталость.

Упражнение 1. Исходное положение - встать прямо, согнуть руки в локтях и держать их перед грудью ладонями вниз так, чтобы правая ладонь прикрывала сверху левую. Не отрывая стоп от пола, поверните корпус влево, выпрямите левую руку и резко отведите ее в сторону. Вернитесь в исходное положение. Затем разверните корпус вправо, отводя в сторону правую руку. Повторите 30-40 раз в каждую сторону.

Упражнение 2. Исходное положение - встать на пол или сесть на стул, выпрямить спину, взять гантели весом два килограмма, поднять руки вверх и согнуть их так, чтобы гантели оказались над плечами. Медленно поднимите руки вверх и вновь согните их. Повторите 10 раз, затем отложите гантели на минуту-другую, расслабьтесь и повторите упражнение еще 10 раз.

Повторите упражнение 1.

Упражнение 3. Исходное положение - лечь на живот, используя в качестве упора для пяток край дивана или шкафа. Согните руки, заведите их за голову и сложите ладони на

Упражнение 4. *Исходное положение - лечь на спину, руки завести за голову, ноги слегка согнуть в коленях и зафиксировать стопы, как в упражнении 3. Быстро и пружинисто поднимите середину туловища, не отрывая полностью лопатки от пола. В момент максимального напряжения мышц сделайте вдох через рот. Выполняйте упражнение до появления усталости (но не изнеможения). После этого расслабьтесь, перевернитесь на живот, упритесь руками в пол и, выпрямляя их, приподнимите туловище и прогнитесь (это помогает растянуть мышцы брюшного пресса). Повторяйте упражнение, сколько можете.*

Повторите упражнение 3.

Упражнение 5. *Исходное положение - лечь на спину, согнуть ноги в коленях, держась руками за ножки кресла или край дивана. Поднимите вверх согнутые ноги, оторвав нижнюю часть туловища от пола. Вернитесь в исходное положение, немного разогните ноги и коснитесь пятками пола. Делайте упражнение столько раз, сколько сможете, но не до изнурения. Отдохните минуту-другую и повторите все сначала. Если останутся силы для третьего захода - пожалуйста. Но при этом помните, что после выполнения упражнения вы должны испытывать лишь легкое утомление.*

Упражнение 6. Исходное положение - встать прямо, локти слегка согнуть, держа гантели у пояса. Делайте пружинистые приседания в быстром темпе, пока не устанете. После небольшого перерыва повторите упражнение.

Магдалена БАРКОВСКА, польский спортивный врач.

СЕКРЕТ ДЛЯ ДВОИХ

ЖАЛОБЫ НА... СЕКС

Почему о неудовлетворенности мужчин в сексе так много пишут, а для женщин нет никакой практической информации? Все время переводят стрелки на любовь. Словно она бесполая...

Светлана. Ижевск.

Юрий ПРОКОПЕНКО, ***врач-сексопатолог, кандидат медицинских наук, обозреватель "Друга дома"***

И правда, основные исследования в области секса (а им уже более 150 лет) относятся именно к области мужской сексуальности. Женщин традиционно считали существами несексуальными, основная задача которых сводилась только к деторождению. Но за последние 70-80 лет накопилось большое количество работ, посвященных именно женской сексуальности.

У женщин сексуальное удовлетворение тесно связано с общим удовлетворением от жизни, причем женщины больше, чем мужчины, склонны связывать любовь и секс.

По разным данным, сексуальные затруднения испытывают около 30 процентов мужчин. В основном эти затруднения отражаются на возможности совершить половой акт: снижение (отсутствие) влечения, снижение (отсутствие) [illegible] ускорение (чрезмер-[illegible] замедление) эякуляции, [illegible] (отсутствие) удов-[illegible]

[illegible] сексуаль-

женщин связывают свои проблемы (отсутствие оргазма и удовлетворения) с нарушениями у партнера. Более 35 процентов жалуются на снижение полового влечения, 30 процентов - на отсутствие оргазма (или крайне редкие переживания оргазма), 25 процентов не испытывают удовольствия от секса (хотя у каждой третьей из них есть регулярный оргазм), у 20 процентов проблемы связаны с сухостью влагалища.

Отсутствие возбуждения и оргазма у большинства таких женщин приводит к развитию психологических проблем, комплексу неполноценности, снижению настроения, депрессии, отсутствию желания иметь партнера вообще. При этом более 60 процентов женщин склонны обвинять только (или в первую очередь) себя в наличии проблем.

Между тем на наличие или отсутствие у женщины оргазма и удовлетворения при интимной жизни влияет множество факторов.

Например, образование. Чем выше образовательный индекс, тем меньше проблем у женщины в постели. Возможно, это связано с более высокой самооценкой, пониманием возможных или уже существующих проблем, а также научением сотрудничать, на-

социальной лестнице, тем меньше у нее самооценка и тем чаще бывают жалобы на интимные проблемы - от отсутствия оргазма до трудностей в поиске партнера.

Общее состояние здоровья также влияет на сексуальность женщины. Наличие любой хронической болезни автоматически приводит к некоторым психологическим и физическим затруднениям, а серьезные заболевания отражаются также и на общей сексуальности. К таким болезням относят эндокринные расстройства, болезни сердца и почек, сахарный диабет, психические болезни, а также косметические дефекты (действительные или субъективные).

Оказывается, что сексуальная удовлетворенность женщин зависит от национальности. Азиатки гораздо реже предъявляют жалобы, а чаще всего не удовлетворены своим интимом скандинавки.

У замужних женщин меньше проблем, чем у незамужних, вдовых и разведенных. Основные жалобы трех последних групп женщин - отсутствие оргазма даже при хороших показателях партнера и страх

субъективное), эмоциональные проблемы в отношениях с партнером, большое количество партнеров - особенно в начале половой жизни.

С возрастом число неудовлетворенных женщин снижается: среди 40-50-летних таковых втрое меньше, чем среди 20-25-летних.

Все это общие факторы, касающиеся некой абстрактной фигуры, но совпадение двух-трех факторов может достаточно сильно сказаться на сексуальности конкретной женщины.

С другой стороны, женщины нередко жалуются на то, что их неудовлетворенность основана, например, на постоянной усталости (ее самой или мужа), на расхождении желаний и возможности у нее самой и мужа, на стрессах в работе и дома, регулярных разлуках и воздержании, на неблагоприятных жилищных условиях (страх быть застигнутыми детьми или родственниками). На самом деле эти обстоятельства могут снижать

усилением желания и влечения. Но это значит, что необходимо влиять не только на уровень половых гормонов, но и на эмоциональную сферу. Именно поэтому многие сексологи считают сексуальные проблемы женщин на самом деле психологическими.

Тем не менее в определенных случаях вполне реально помочь женщине обрести или восстановить радость секса и пробудить у нее оргазм.

Например, применение психотерапии используют для повышения уверенности в себе, обретения интереса к сексу (если он исчез в результате переживаний), для снятия страхов перед актом или партнерскими отношениями, для изменения отношения к сексу как к неприемлемому занятию и т.д.

Гормональные препараты могут быть полезны в [illegible] эндокринных [illegible], а психотропные - при [illegible]сиях и пониженном [illegible]

снижение (отсутствие) влечения, снижение (отсутствие) эрекции, ускорение (чрезмерное замедление) эякуляции, снижение (отсутствие) удовлетворения.

В то же время сексуальные проблемы отмечают у 60-70 процентов женщин, хотя считают свою интимную жизнь неудовлетворительной не более 45 процентов. Это связано с тем, что сексуальные нарушения у женщин, как правило, не исключают возможность участвовать в близости.

Так, около 50 процентов

Чем выше образовательный индекс, тем меньше проблем у женщины в постели. Возможно, это связано с более высокой самооценкой, пониманием возможных или уже существующих проблем, а также научением сотрудничать, находить общий язык, приспосабливаться к партнеру. Женщины, имеющие низкий уровень образования, чаще предъявляют жалобы на неумение правильно вести себя в постели, испытывать оргазм и интерес к сексу вообще.

Здесь же проявляет себя и социальный статус женщины: чем ниже она находится на

всего не удовлетворены своим интимом скандинавки.

У замужних женщин меньше проблем, чем у незамужних, вдовых и разведенных. Основные жалобы трех последних групп женщин - отсутствие оргазма даже при хороших показателях партнера и страх как перед интимными отношениями, так и перед одиночеством.

Собственный сексуальный опыт может наложить отпечаток на всю интимную карьеру женщины. Отрицательными моментами могут стать раннее начало половой жизни, сексуальное насилие (реальное или

желаний и возможности у нее самой и мужа, на стрессах в работе и дома, регулярных разлуках и воздержании, на неблагоприятных жилищных условиях (страх быть застигнутыми детьми или родственниками). На самом деле эти обстоятельства могут снижать удовольствие, но крайне редко ведут к настоящим нарушениям в сексе.

Поскольку у женщин возбуждение и оргазм не связаны с такими явными проявлениями, как у мужчин (эрекция и эякуляция), особое внимание при решении женских проблем связывают с нормализацией и

или партнерскими отношениями, для изменения отношения к сексу как к неприемлемому занятию и т.д.

Гормональные препараты могут быть полезны в случаях эндокринных расстройств, а психотропные - при депрессиях и пониженном настроении.

Сексотерапия (в первую очередь супружеская сексотерапия) прекрасно зарекомендовала себя в решении партнерских проблем. А использование смазок (лубрикантов) убирает сухость влагалища и множество проблем, связанных с этим.

ПОЧУВСТВУЙТЕ РАЗНИЦУ

В чем разница между сексуальностью и вульгарностью? В чувстве меры. Стилисты и имиджмейкеры выделили четыре главных отличия, которые помогут вам привлекать мужское внимание, но не быть похожей на "жрицу любви".

Отличие первое. Сексуальная женщина в первую очередь заботится о том, как она выглядит без одежды. Наряд - это только оправа для такого бриллианта, как ваше тело. А драгоценному камню нужна хорошая огранка - макияж, маникюр, педикюр и все остальное.

А наоборот? Яркая, красивая одежда несовместима с облезлым лаком на ногтях или отросшими корнями волос. Так можно привлечь только неуравновешенных типов, считающих секс грязным.

Отличие второе. Сексуальная женщина может подчеркивать только одну часть тела. Дополните спокойное платье или костюм колготками в сеточку, если ноги - ваше украшение. Наденьте блузку с большим декольте, если у вас эффектная грудь, но брюки или юбка должны быть простыми, даже скромными.

А наоборот? Возможно, вам нравится привлекать внимание откровенными нарядами, но так можно спровоцировать много проблем.

Отличие третье. Сексуальная женщина может подчеркивать фигуру и максимально закрытым нарядом. Идеально облегающие юбки до пят, брюки на сантиметр короче изящных сапожек на тонком каблуке, тонкая (непрозрачная!) водолазка, закрывающая горло, - все это волнует воображение даже больше, чем оголенность и открытость.

А наоборот? Тут, кажется, все понятно.

Отличие четвертое. Макияж сексуальной женщины не бывает чрезмерным, особенно днем. В самых разных журналах и газетах сто раз писали, что не нужно одновременно подчеркивать косметикой глаза и губы, но многие все равно так делают - и кажутся вульгарными.

А наоборот? Если вы одеваетесь в одной гамме, излишний макияж не так портит облик. Но если на вас голубой костюм, серая блузка, черные туфли, коричневая помада и лиловые тени, сравнений с куклой не избежать.

Александра СМИРНОВА.

Ты мне нравишься

Всегда читаю вашу газету и каждый раз нахожу для себя что-то новое и полезное. Я вот недавно смотрел по телевизору передачу, выступал какой-то психолог. Он рассказывал, что по жестам человека можно судить, что он чувствует, как он к тебе относится. Есть, например, "открытые" жесты и позы - когда ни руки, ни ноги не перекрещиваются, а как бы нараспашку. Это значит, что человек открыт для разговора и ему нравится происходящее. А есть "закрытые", например скрещенные руки, когда человек от тебя закрывается, ему что-то не нравится. Человек не задумывается об этом, делает жесты машинально, и поэтому это важная информация.

У меня такой вопрос: есть ли сексуальные жесты, которые люди делают непроизвольно, но которые говорят о том, что им нравится этот человек?

Николай МАЛАХОВ.
г. Подольск Московской области.

Такие жесты действительно существуют. Они называются сексуальными сигналами. Это может быть, например, взгляд искоса, украдкой; долгий контакт глаз; закладывание больших пальцев за пояс или в карманы, внезапное оживление человека - повышение мышечного тонуса, выпрямление тела; если носок, колени и корпус тела направлены в сторону говорящего. Это общие жесты и для мужчин, и для женщин. Дополнительно женщины еще могут встряхивать волосами, перейти на тихий, низкий голос, демонстрировать свои запястья, поигрывать слегка скинутой туфелькой. Все это говорит о том, что партнер противоположного пола вызывает явный интерес.

Алла ПОВОЛЯЕВА, психолог.

ГРУЗИНСКАЯ ЖЕНА

Елена купила билет на поезд, мечтая о том, как бы поскорее добраться из шумной холодной столицы в свой цветущий теплый город на Черном море. В поезде ехала компания грузин. Ехали весело.

Елене было тогда всего 30 лет, замужем она не была, успела закончить престижный московский институт и открыть в столице филиал своей собственной маленькой, но достаточно доходной фирмы. Елена занималась антиквариатом. Выглядела она превосходно.

Тридцать лет - возраст, когда горизонты впереди не сужаются, а, напротив, расширяются. Лена думала об Италии, через месяц собиралась в Париж и общалась со случайными попутчиками мило и непринужденно. Ее улыбка и сейчас, когда ей уже давно за 40, мало кого оставляет равнодушным, а уж тогда! В общем, все просили у нее телефон, но поскольку в планах Лены стояла Италия, она просто, чтобы другие успокоились, оставила номер домашнего телефона одному грузину - самому смешному, как ей показалось тогда.

Когда она вернулась из Парижа, мама удивленно подняла брови: "Кому ты давала телефон?" - "Мама, я не помню!" - "Какой-то Арчил звонит не переставая!"

- Он звонил каждый день, - призналась Елена. - Вставал в три утра, добирался из горного селения до ближайшего [illegible] пункта, три [illegible], пока он откроется, [illegible] сказать "Елена!" - и [illegible] трубку пред-

полгода ему так и не удалось не то что обмолвиться со мною словом, просто услышать мой голос. Наконец я не выдержала. Когда утром раздался очередной звонок, я не бросила трубку: "Послушай, что ты мне так часто звонишь? Ты мне мешаешь. Ну звони раз в месяц хотя бы". Не успела я договорить, как на том конце трубку положили. Звонки прекратились.

Ровно через месяц, минута в минуту, утром раздался звонок. Арчил? Вот тут я его зауважала. С тех пор он звонил точно в одно и то же время, раз в месяц. Мы начали говорить. Через полгода я опять спросила: "Ну что ты звонишь? Что ты от меня хочешь? Я - в России, ты - в Грузии. Приезжай в Россию, открывай свою фирму, тогда поговорим".

Звонков не было месяц, два, три. Я уже решила, что Арчил больше не позвонит, как вдруг ровно три месяца спустя раздался звонок: "Я в Нижнем Новгороде. У меня своя фирма. Иди за меня замуж!" Не знаю, почему я вдруг спросила: "А ты сможешь стать на колени перед моей мамой? Просить моей руки?" - "Смогу!" - "Я буду твоей женой!" "Ты с ума сошла?! - мама смотрела на меня во все глаза. - Ты хоть знаешь, кто он?" А мне вдруг стало так легко! Все-таки женщина создана не для руководства фирмой, честное слово!

В Италию мы поехали в свадебное путешествие. Неделю

му я закрыла, в Москве мы почему-то тоже долго не могли оставаться. Дела у Арчила явно не ладились. Мы кое-как перебивались моими старыми связями и случайными заработками. Долго ни в одном городе не задерживались, я стала задумываться, почему? Наконец переехали поближе на юг, остановились на Дону, в большом городе. Опять мой муж открывал какую-то шашлычную. Или не открывал? К тому времени я перестала пытаться понять дела мужа, у нас появился первый сын. Чтобы одевать сынишку и кормиться, я продала любимую мамину вещь, старинную картину, подлинный шедевр; картина ушла едва ли не за десятую часть ее настоящей стоимости, но и этой десятой части, если экономить, как я рассчитывала, могло бы хватить на полгода.

Жили мы ужасно. Просто чудовищно. Ругались каждый день. От романтики прежних отношений не осталось и следа. В девять утра за мужем приезжала машина, его куда-то увозили и в три утра, ночью совершенно пьяного ставили под дверью квартиры, нажимали звонок и уходили.

Арчил чувствовал, что я собираюсь удрать от него, но прежде мне бы хотелось с ним развестись, а в его новом для меня состоянии это было непросто сделать. Наконец настали крестины. С окрещенным сынишкой я отправилась, как сейчас помню, в пять часов

деть. Ноги у меня стали ватными. Я села с милой улыбкой, которая вдруг приросла к лицу и так и осталась на мне до самого дома. К счастью, через 5 минут мне ласково дали понять, что мы здесь с колясочкой лишние. Муж был пьян совершенно. Не помню, как добралась я домой, вещи не собрала только потому, что сильно подгибались колени.

Я ходила по пустым комнатам нашей квартиры, качая уснувшего сынишку, как автомат, надеясь лишь на чудо. "Утром соберу вещи!" - с этой мыслью я уснула каким-то мертвым сном. В час ночи раздался звонок. Я кинулась к двери, открыла - Арчил! Улыбающийся и практически трезвый. Не веря своим глазам, впустила мужа в дом, он ласково меня поцеловал и рассказал, что произошло после моего ухода. Через час мой муж и еще трое сели в машину и поехали куда-то за город. По дороге машина на полном ходу съехала в кювет (что неудивительно, поскольку никого трезвого в машине не было), четыре раза перевернулась, вернулась на колеса, стала, и тогда все четверо смогли из нее выйти. Чудом никто не получил серьезных ушибов.

Холодная ночь, четверо пьяных грузин на дороге. Кто их возьмет? Никто не остановился. Им пришлось возвращаться в город пешком, по трассе, на ветру. Ветерок и привел моего мужа в чувство.

Вот так мы не развелись. А потом у нас появился второй

нило меня и мою жизнь. Точнее, мое отношение к жизни.

К нам приехала Кетевань, мать моего грузинского мужа. Она решилась покинуть горное селение, оставшись вдовой после смерти отца Арчила, когда у нас было уже двое сыновей. По-русски мать Кетевань не говорила ни слова, и мы по нескольку месяцев не обменивались с нею ни звуком. Да и некогда было. Я развила бурную деятельность, пытаясь реанимировать антикварную фирму, а свекровь всю душу и силы отдавала моим детям и устройству нашего быта. Через год-полтора, вероятно, выучившись от детей, она стала понемногу говорить по-русски, мы сблизились. Незаметно эта женщина взяла на себя всю домашнюю работу. Я теперь уже не представляю свой дом без нее, без ее спокойной мудрости. Глядя на движения ее рук, как она замешивает тесто для кукурузных лепешек, как ломает сыр, успокаиваюсь и я.

А Арчил бросил пить! Однажды мать что-то резко объясняла ему полтора часа по-грузински, после в доме у нас воцарились мир и покой.

Тогда же Арчил рассказал мне "тайну" своего отца, ныне покойного. Его отец, известный грузинский авторитет, по-видимому, был сильной и незаурядной личностью. Его уважали не только в криминальном мире. В общей сложности он провел не то 36, не то 38 лет в тюрьме. За что? Говорят, за злостное хулиганство... Когда началась война Грузии с Абхазией, этот человек остался верен себе - не признал войну. Свое непризнание войны обеим сторонам он выразил следующим образом. Ночью сел на велосипед и отправился на противоположную воюющую сторону за водкой. Его избили так, [illegible] один глаз выпал. [illegible]

переговорного пункта, три часа ждал, пока он откроется, успевал сказать: "Елена!" - и *тут я бросала трубку, представляешь?* Потом я стала бросать трубку и отключать телефон, как только слышала голос телефонистки, произносившей красивое певучее название грузинского города...

Я ждала, когда ему это надоест, но прошло полгода, а он все звонил, я все бросала трубку, и, таким образом, за

не для руководства фирмой, честное слово!

В Италию мы поехали в свадебное путешествие. Неделю прожили в Венеции, неделю во Флоренции, потом в Риме. Я не задумывалась, откуда у моего новобрачного деньги. Все ж таки грузин, думала я, к тому же у него своя фирма...

Через полгода мы уехали из Нижнего, что-то заставило моего мужа срочно перебраться в Ростов. Московскую фир-

просто сделать. Наконец настали крестины. С окрещенным сынишкой я отправилась, как сейчас помню, в пять часов вечера в ресторан, где были заказаны столы для многочисленных гостей. Я вкатила детскую колясочку в зал и обомлела. Ни одной женщины. За столами веселились самые настоящие бандиты. Не надо быть психологом или милиционером, чтобы такое понять. Достаточно было их просто уви-

трасса, на дотру. Ветерок и привел моего мужа в чувство.

Вот так мы не развелись. А потом у нас появился второй сынишка. Мы переехали в мой южный город, и я смогла серьезно заняться делами своей пошатнувшейся фирмы. Потом у нас появился третий сын. Сняли квартиру и стали жить как все. Друзья из города на Дону нас не беспокоили. А теперь самое главное, что изме-

он выразил следующим образом. Ночью сел на велосипед и отправился на противоположную воюющую сторону - за водкой. Его избили так, что один глаз выпал. Глаз вставили на место, посадили на велосипед и отправили обратно - без водки.

Вот такая история, рассказанная однажды моей подругой...

Инна САЗОНОВА.
Сочи
Краснодарского края.

МАМЕ ПОМОЩНИК

- Моему сыну три года, - рассказывает Алевтина, - и я понимаю, что в этом возрасте уже нужно приучать малыша к каким-то делам, устанавливать для него какие-то домашние обязанности, пусть маленькие, легкие и посильные для него. Ведь все эти принципы закладываются с детства, и только тогда мой сын вырастет самостоятельным человеком.

В некоторых семьях на просьбу помочь по дому муж или дети отвечают раздражением и отказом. Вот и опасаюсь, как бы не получить такую же реакцию, не сделать так, что мой малыш вообще возненавидит помощь по дому и вырастет эгоистом.

Алевтина права, здесь на самом деле нужно действовать очень аккуратно, иначе может возникнуть протестная реакция, и потом никакой помощи от сына или дочери вы вообще не дождетесь. Приучать ребенка к выполнению обязанностей по дому, к его вкладу в общесемейное дело можно только постепенно, маленькими шажками.

Трехлетнему малышу, например, можно предложить собирать игрушки и класть их в специальное место самому (с небольшой вашей помощью), одеться, самостоятельно причесаться, сложить журналы на полочку и т.д. Для четырехлетнего можно добавить помощь в сервировке стола, уборке постели, протирании пыли. Пятилетний малыш способен понемногу чистить раковину, помогать выносить мусор, отвечать на телефонные звонки. Шести-семилетний ребенок - пылесосить небольшие коврики, помогать развешивать белье, готовить простую пищу (например, сварить яйцо, сделать гренку), нести пакеты с продуктами. Восьми-десятилетние дети должны уметь пришивать пуговицы, менять без напоминаний родителей грязную одежду, гладить простые вещи.

Сначала расскажите ребенку о тех домашних делах, которые вы можете ему предложить, и пусть он сам выберет, что ему больше по душе. Расскажите ему подробно, как это делается, и обязательно сделайте один-два раза вместе с ним. Потом посмотрите, как он делает это сам, если нужно - поправьте, подскажите. А в процессе указывайте ему, на какие детали надо обращать особое внимание. Например, если он возьмется протирать пыль, покажите все углубления, какие-то незаметные на первый взгляд места, где она может скопиться. Расскажите, почему нужно протирать ее именно такой тряпочкой, а не другой. Потом установите, в какие сроки должны выполняться эти задания. Допустим, вытирать пыль нужно три раза в неделю: в субботу, вторник и четверг. Обратите внимание - если ваш малыш сам будет принимать участие в установлении этих сроков, то будет потом выполнять ваше поручение более охотно.

Обязательно через какое-то время пересматривайте ваши поручения. Потому что ребенку может наскучить одно и то же и он начнет постепенно увиливать. А потом можно опять вернуться к старым обязанностям. Такое чередование нравится детям, вносит некий элемент игры и разнообразия в их деятельность. Когда вы выбираете для ребенка список обязанностей по дому - не переусердствуйте, не превращайте его в "золушку". Если будет перебор - у любого малыша начнутся стрессовая реакция и сопротивление, и тогда он вообще откажется от какой-либо помощи.

Имейте в виду, что вы сами должны быть для ваших детей образцом для подражания. Если, к примеру, ваш сын получил задание чистить свою обувь, а вы при этом совсем не ухаживаете за своей, то вряд ли он будет продолжать это делать долгое время. И не стоит требовать от малыша аккуратно складывать свои вещи, если ваши валяются разбросанными по всей комнате. Увы, но дети невольно перенимают наши привычки, традиции и ценности.

Еще один принцип - никогда не делайте за ребенка его работу. Его отговорки типа "я устал", "я забыл", "я не успел" не рассматриваются. Конечно, бывают объективные ситуации, например болезнь или какое-то событие, когда вы можете помочь ему, но это должно быть исключением из правил.

И конечно, не забывайте периодически хвалить ребенка за выполненную работу. Он должен понимать, что вы видите результаты его труда и гордитесь им. И скоро вы вырастите хорошего помощника по дому, а во взрослой жизни - самостоятельного и ответственного человека.

Алла ПОВОЛЯЕВА,
психолог.

ЗДОРОВЬЕ И КРАСОТА

ЛЕКАРСТВО ИЗ ПЯТАКА

В человеческом организме наибольшее количество меди сконцентрировано в мозгу и печени. Уже одно это обстоятельство указывает на ее важную роль в процессе жизнедеятельности.

Еще в Древней Индии медью пытались лечить болезни кожи и глаз. Аристотель предпочитал засыпать с медным шариком в руках. А великий Авиценна советовал привязывать медные пластинки к гнойным ранам. И сейчас в Египте и Сирии существует обычай - надевать медные кольца на ноги и руки детей до тех пор, пока у них не прорежутся зубы.

В селах знают о лечении переломов у животных медными опилками. Особенно полезным оказалось такое лечение для овец, к слову, наиболее чувствительных к дефициту меди.

Рассказывают, что одна сельская жительница лечила перелом бедра пятаками, истертыми в пыль. Боли и отек сразу стали уменьшаться. Но следует отметить, что врачевательница очень рисковала серьезными осложнениями со стороны других органов. Дело в том, что медяки, имевшие хождение в недавние годы, не годятся ни для аппликаций, ни тем более для употребления внутрь, так как содержат высокий процент цинка, а он, в свою очередь, канцерогенен. Иное дело - монеты из медно-алюминиевой бронзы БрА5, содержащие 95% меди и 5% алюминия - их выпускали до денежной реформы 1961 года.

А теперь, после этого важного предупреждения, хочу рассказать о двух случаях из медицинской практики...

После неудачного приземления во время прыжка на лыжах с трамплина молодая женщина получила травму нижнего отдела позвоночника. Последовало длительное клиническое лечение. Но время от времени травма вновь давала о себе знать. Спустя пятнадцать лет стала сильно отекать правая нога, начались боли Диагноз: спазм сосудов. Лечение ноги эффекта не дало. Попробовали использовать медь марки БрА5. На область копчика положили семь пятаков, на ногу - в месте небольшого уплотнения - одну монету. Через неделю боль прошла совершенно, опухлость спала, позвоночник восстановился полностью. Однако при хронических заболеваниях требуются повторные курсы аппликаций. Женщина этого не учла и через месяц возник болевой рецидив. Пришлось повторять семидневный курс лечения...

Другой случай: у женщины 50 лет произошло сотрясение мозга, вызванное ушибом темени. Пациентке была оказана врачебная помощь, но на следующий день после травмы последовали головокружение, рвота, сильная головная боль. После аппликации медным диском диаметром 40 и толщиной 4 миллиметра на область ушиба наступило улучшение. Рвота прекратилась, головная боль и головокружение резко уменьшились. На третий день после начала аппликации состояние здоровья больной уже не вызывало опасений.

Очевидно, что в том и другом случаях лечебный эффект объяснялся диффузией ионов меди через кожу в больной орган. Это подтверждают и многочисленные наблюдения, которые показывают, что медные диски при длительном применении становятся заметно тоньше. Дело в том, что больная ткань заряжена отрицательно, а медь - положительно. За счет разности потенциалов создается эффект исцеления. Таким образом, сцепление возможно лишь там, где идет патологический процесс.

Иногда у лежачих больных наблюдается уникальный феномен. Медный диск, прикрепленный бинтом к одному участку кожи, через несколько часов оказывается в другом месте, где безо всяких повязок сцепляется с кожей. Здесь нет никакой мистики.

Движущая сила возникает за счет разницы величин биоэлектрических потенциалов на поверхности кожи.

Случается, что место сцепления не совпадает с очагом патологии. Возможно, тут действуют некие законы целесообразности, согласно которым лучше атаковать болезнь не в очаге ее возникновения, а на периферии, о чем и сигнализирует организм эффектом сцепления. Впрочем, нельзя исключить и другие объяснения - достаточно вспомнить о том, что точки акупунктуры могут быть весьма удалены от органов, на деятельность которых они воздействуют. Но так или иначе, если сцепление есть, можно ожидать болеутоляющего, противовоспалительного, кровоостанавливающего, рассасывающего и бактерицидного воздействия.

Причем сила сцепления зависит от остроты воспалительного процесса: чем острее он протекает, тем заметнее сцепление.

А теперь несколько слов о технической стороне дела. Наиболее подходящими считаются марки металла МВ, МОО, МОб, М1, которые отличаются высоким содержанием меди и незначительным процентом примеси. Применяют пластины и диски различной величины - от одного до восьми сантиметров в диаметре и от одного до трех миллиметров толщиной. Для получения большего эффекта их предварительно прокаливают на огне, остужают и очищают наждачной бумагой. Такую процедуру проводят перед каждым курсом лечения.

Курс лечения - в зависимости от характера и течения заболевания - продолжается от трех до двадцати дней. Медные пластины или монеты накладываются на кожу болезненных участков на срок от шести часов до двух суток. При тяжелых травмах аппликация меди непосредственно на кожу подчас оказывается невозможной. В таких случаях диск, пластину или монету накладывают на слой ваты или бинта, прикрывающий рану. На голове аппликация проводится тоже без контакта с кожей - через волосы.

И еще вопрос - как относиться к медным браслетам? Не заменяют ли они аппликацию?

Реакция на браслеты бывает самой разной: у одних прекращаются перебои сердцебиения, сердечные боли, улучшается сон и вообще появляется ощущение душевного комфорта; у других, наоборот, нарастают раздражительность, чувство тревоги. Очевидно, что принципы воздействия браслета и медной пластины или монеты, наложенных на больное место, абсолютно различны. Ни о каком сцеплении в первом случае не может быть и речи. Ну а широко разрекламированное потемнение кожи под браслетом - лишь свидетельство избыточного воздействия меди.

Олег ЛЮБИН.

ПРОГРАММА ПОХУДЕНИЯ С ПЛАСТЫРЕМ СТРОЙНОСТИ
БЕСПЛАТНО

...ходовали головокружение, рвота, сильная головная боль.

поверхности кожи.

Случается, что место сцепления не совпадает с очагом

...ной бумагой. Такую процедуру проводят перед каждым курсом лечения.

...ство изобилие ... меди.

Олег ЛЮБИН.

ПОРАЗИТЕЛЬНОЕ ОТКРЫТИЕ: ПРОГРАММА ПОХУДЕНИЯ С ПЛАСТЫРЕМ СТРОЙНОСТИ

бесплатно!

Мы ищем 500 человек, желающих БЕСПЛАТНО ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ПЕРВЫХ ЛИШНИХ КИЛОГРАММОВ

«Я похудела на 42 кг, и моя жизнь изменилась!»

«Это просто фантастика! Пластырь Стройности Slim Patch помог мне избавиться от 42 кг лишнего веса. И моя жизнь изменилась на 100%! Теперь я живу полной жизнью».

Дж. Стэмпсон

В ЧЕМ СЕКРЕТ УСПЕХА ПРОГРАММЫ ПОХУДЕНИЯ SLIM PATCH?

Дело в том, что до изобретения Slim Patch все методы для похудения, в основном, сводились к приему таблеток. В результате лишь незначительная доля содержащихся в них активных компонентов усваивалась организмом. **При использовании пластырной наклейки активные компоненты НЕ ПРОХОДЯТ через пищеварительный тракт, не претерпевают изменений и не разрушаются.** Помещенный на кожу пластырь Slim Patch круглосуточно высвобождает точными дозами концентрат фукуса, который, проникая в организм через кожу, рассасывает жировые отложения. Просто закрепите одну пластырную наклейку на любом участке тела и меняйте ее на новую каждые 24 часа. Ваш организм сам будет бороться с жиром каждую минуту. **ДАЖЕ КОГДА ВЫ СПИТЕ!**

ЧТО ТАКОЕ ФУКУС?

ФУКУС ПУЗЫРЧАТЫЙ (Fucus vesiculosis) — морские водоросли, отличающиеся высоким содержанием активных компонентов. Учеными доказано, что фукус активизирует обмен веществ до уровня, обеспечивающего сжигание жира.

Вот как он воздействует на организм с научной точки зрения:

1. Снижает аппетит, стимулируя обмен веществ.

Йод, калий, магний, рибофлавин, ниацин и витамин С стимулируют поглощение организмом кислорода и глуцидов, преобразовывая пищу в энергию, а не в жировые отложения, за счет ускорения метаболизма жиров.

2. Нормализует обмен веществ.

Стимуляция функций щитовидной железы обеспечивается высоким содержанием йода. В результате обмен веществ ускоряется, организм получает дополнительную энергию за счет сжигания калорий.

3. Обеспечивает устойчивый результат, не позволяя вновь набрать вес.

4. Способствует наращиванию мышечной массы.

5. Железо выводит шлаки из организма.

6. Калий уменьшает задержку жидкости в организме.

7. Ниацин уменьшает содержание холестерина.

8. Витамин С снижает утомляемость.

ВМЕСТЕ С УПАКОВКОЙ SLIM PATCH ВЫ ПОЛУЧИТЕ РЕКОМЕНДАЦИИ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ВАМ:

- Заставить ваш организм сжигать на 77% больше жира, чем он потребляет, при приеме пищи до 5 раз в день.
- Оптимизировать обмен веществ.
- Ускорить рассасывание накопленных вами жировых отложений и уменьшить количество удерживаемой организмом жидкости.
- Свести к минимуму ущерб для мускулов и даже нарастить мышечную массу, чтобы вернуть себе красивую фигуру.

Новая программа похудения с Пластырем Стройности Slim Patch наконец доступна и в России – причем без рецепта. После триумфа в Европе и США этот революционный метод имеет все шансы стать и в России самым популярным средством снижения веса.

Разработанный на основе технологии, которая помогла миллионам людей избавиться от никотиновой зависимости, Пластырь Стройности позволит вам терять лишние килограммы 24 часа в сутки, 7 дней в неделю. Теперь вы можете испытать эту методику в домашних условиях, без риска и обязательства покупки.

МЕТОД ПОХУДЕНИЯ XXI ВЕКА УЖЕ ДОСТУПЕН В РОССИИ!

Да, программа похудения Slim Patch поможет вам снизить вес. **По-настоящему похудеть** быстро и просто, принимая пищу до 5 раз в день. Без лекарств. Без изнурительных упражнений. Этот метод гарантирует устойчивый результат. Обеспечивая **максимальный** вывод из организма излишней жидкости и жира при **минимальной** потере мышечной массы. Результативность подтверждена тысячи раз.

Сколько килограммов вы мечтаете сбросить? 5 кг? 10? 15 или даже 30 кг? С Пластырем Стройности Slim Patch вы сможете этого добиться.

Заполненный купон отправьте по адресу:

101000, Москва, Главпочтамт, а/я 89, ЗАО «Пост-Шоп».

Телефон для справок: **(095) 730-50-02** *(многоканальный).*

Для жителей Украины: **04112, г. Киев, а/я 123.**

Телефон в Киеве: **(044) 247-41-12** *(многоканальный).*

Для жителей Армении: **378000, Ереван, а/я 100, ПостШоп.**

Тел. в Ереване: **(3741) 55-15-10** *(многоканальный).*

Об этом методе вы могли уже не раз читать в медицинских журналах. Клинические исследования выявили среднее снижение веса на 2,9 кг за первую неделю и около 10,3 кг за месяц. Каждый участник эксперимента заметно похудел. Да, это правда: 100% успех. Программа переубедила даже скептиков, ранее безрезультатно испробовавших самые разные средства и строгие диеты.

ЕСТЬ ЛИ НЕДОСТАТКИ У ПРОГРАММЫ ПОХУДЕНИЯ SLIM PATCH?

Программа похудения с Пластырем Стройности обеспечивает быстрый и надежный результат. Метод **100% натуральный.** Он абсолютно безопасен и даже улучшает функционирование организма. Программа позволяет быстро, эффективно и надолго сбросить лишний вес. Даже если вы продолжаете есть 5 раз в день. Без медикаментов. Без изнурительных физических упражнений.

ИСКЛЮЧИТЕЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

ВПЕРВЫЕ ВЫ СМОЖЕТЕ ИСПЫТАТЬ 7-ДНЕВНЫЙ КУРС ПОХУДЕНИЯ SLIM PATCH

БЕСПЛАТНО

Для того, чтобы иметь возможность получить 7-дневный курс похудения с Пластырем Стройности Slim Patch, просто заполните Бесплатный купон и отправьте его нам сегодня же. Следуйте инструкциям и наслаждайтесь быстрой потерей веса.

Сертификат соответствия № РОСС.GB. ПР 14.ВО6706.

БЕСПЛАТНЫЙ КУПОН

☐ **ДА**, я хочу воспользоваться вашим бесплатным предложением и войти в число 500 человек, желающих бесплатно избавиться от первых лишних килограммов без диет и физических упражнений.

Я хочу испробовать 7-дневный курс Программы похудения с Пластырем Стройности Slim Patch.

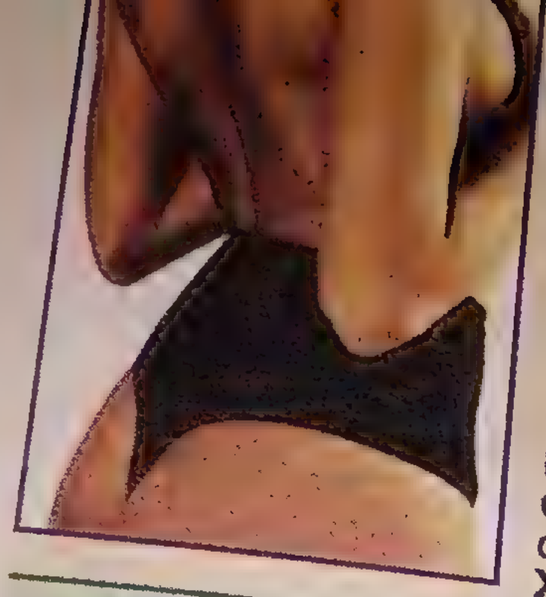
Ф. И. О. _____

Дата рождения _____ Тел. _____

Индекс _____ Адрес _____

_____

_____



через пищеварительный тракт, не претерпевают изменений и не разрушаются. Помещенный на кожу пластырь Slim Patch круглосуточно высвобождает точными дозами концентрат фукуса, который, проникая в организм через кожу, рассасывает жировые отложения. Просто закрепите одну пластырную наклейку на любом участке тела и меняйте ее на новую каждые 24 часа. Ваш организм сам будет бороться с жиром каждую минуту. **ДАЖЕ КОГДА ВЫ СПИТЕ!**

ЧТО ТАКОЕ ФУКУС?

***ФУКУС ПУЗЫРЧАТЫЙ** (Fucus vesiculosis) — морские водоросли, отличающиеся высоким содержанием активных компонентов. Учеными доказано, что фукус активизирует обмен веществ до уровня, обеспечивающего сжигание жира.*

Вот как он воздействует на организм с научной точки зрения:

*1. **Снижает аппетит, стимулируя обмен веществ.***
Йод, калий, магний, рибофлавин, ниацин и витамин С стимулируют поглощение организмом кислорода и глуцидов, преобразовывая пищу в энергию, а не в жировые отложения, за счет ускорения метаболизма жиров.
*2. **Нормализует обмен веществ.***
Стимуляция функций щитовидной железы обеспечивается высоким содержанием йода. В результате обмен веществ ускоряется, организм получает дополнительную энергию за счет сжигания калорий.
*3. **Обеспечивает устойчивый результат, не позволяя вновь набрать вес.***
*4. **Способствует наращиванию мышечной массы.***
*5. **Железо выводит шлаки из организма.***
*6. **Калий уменьшает задержку жидкости в организме.***
*7. **Ниацин уменьшает содержание холестерина.***
*8. **Витамин С снижает утомляемость.***

- Свести к минимуму ущерб для мускулов и мышечную массу, чтобы вернуть себе кра

Новая программа похудения с Пластыре Slim Patch наконец доступна и в России рецепта. После триумфа в Европе и США ционный метод имеет все шансы стат самым популярным средством снижения Разработанный на основе технологии, к ла миллионам людей избавиться от нико симости, Пластырь Стройности позвол лишние килограммы 24 часа в сутки, 7 д Теперь вы можете испытать эту методи условиях, без риска и обязательства по

МЕТОД ПОХУДЕНИЯ XXI УЖЕ ДОСТУПЕН В РОСС

Да, программа похудения Slim Patch по зить вес. **По-настоящему похудеть** бы принимая пищу до 5 раз в день. Без ле нурительных упражнений. Этот метод п тойчивый результат. Обеспечивая м вывод из организма излишней жидко **минимальной** потере мышечной масс ность подтверждена тысячи раз.

Сколько килограммов вы мечтае 5 кг? 10? 15 или даже 30 кг? С Плас ности Slim Patch вы сможете этого д

Заполненный купон отправьте по адресу:
101000, Москва, Главпочтамт, а/я 89,
Телефон для справок: **(095) 730-50-02** *(мн*
Для жителей Украины: **04112, г. Киев, а/я**
Телефон в Киеве: **(044) 247-41-12** *(многок*
Для жителей Армении: **378000, Ереван, а/**
Тел. в Ереване: **(3741) 55-15-10** *(многока*

КУШАТЬ ПОДАНО

КОНКУРС ДОМАШНИХ КУЛИНАРОВ

КАША ДЛЯ ВНУКОВ

Все знают, что каши - очень полезное блюдо, особенно для детей. Но не все маленькие капризули соглашаются есть гречку и овсянку. В нашей семье этой проблемы нет. Мои внуки с удовольствием едят каши и даже требуют добавки.

Гречневая каша с луком

Сварите рассыпчатую гречневую кашу. Лук мелко порежьте и обжарьте со шпиком, нарезанным мелкими кубиками. Полученную зажарку добавьте в кашу. Пропорции, в которых вы берете продукты, определяются по вашему вкусу. При желании вместе с луком в кашу можно добавить обжаренные грибы и мелко порезанное сваренное вкрутую яйцо.

Перловая каша

Перловую крупу обжарьте на сухой сковороде до светло-желтого цвета. Копченое сало пожарьте на сковороде вместе с мелко порезанным луком. В кастрюлю слоями выложите крупу и сало с луком. Залейте горячей водой, посолите и варите, пока крупа не набухнет. Затем плотно закройте крышкой и тушите в духовке примерно 2,5 часа. Готовая каша должна быть рассыпчатой.

Так же, как и в предыдущем случае, продукты берутся в произвольных пропорциях.

Пшенная каша с черносливом

Вам понадобится стакан пшена, полстакана чернослива, 2,5-3 стакана воды, сливочное масло, соль, сахар по вкусу

Чернослив без косточек залейте горячей водой и сварите. Отвар процедите, добавьте соль, сахар, всыпьте крупу и сварите кашу. Если вам показалось, что жидкости недостаточно, то можно добавить немного воды. В готовую кашу добавьте чернослив и сливочное масло.

Рисовая каша с морковью

200 г риса промойте и залейте 400 мл кипятка. Варите на слабом огне, изредка помешивая. Добавьте по вкусу сливочное масло. Как только вода выкипит, за пять минут до готовности добавьте тушенную морковь с медом.

Для этого 500 г моркови натрите на крупной терке, добавьте 2 столовые ложки меда, немного сливочного масла, горячей воды и тушите до мягкости. Перед подачей на стол посыпьте зеленью.

Каша из овсяных хлопьев

Вам потребуется по 2 столовых ложки овсяных хлопьев и молока, пол-литра воды, четверть чайной ложки молотой корицы, цедра лимона, 100 г сливок, 5 столовых ложек сахара, чайная ложка соли.

В слегка подсоленной воде проварите овсяные хлопья до получения вязкой каши. Пока варите, все время с поверхности снимайте пену. Затем кашу залейте молоком, размешайте, доведите до кипения и варите на слабом огне, все время помешивая. Через 10 минут добавьте сахар, а когда он разойдется, заправьте кашу корицей, цедрой лимона и поварите еще пять минут. Влейте сливки, размешайте и снимите с огня.

Лидия СУЛТАНОВА.
Архангельск.

ЗЕБРА СО

Рыба по-испански

ЗЕБРА СО СКОВОРОДЫ

Булка слоеная

Столовую ложку дрожжей разведите в стакане теплого молока, добавьте 2 яйца, столовую ложку сахара, пачку растопленного маргарина. Муки положите столько, чтобы получилось тесто, как на вареники. Замесите тесто и уберите его в холодильник на 30-40 минут.

За это время приготовьте начинку: 100 г размягченного сливочного масла разотрите со стаканом сахара.

Тесто и начинку разделите на две части. Раскатайте тесто тонкими пластами, смажьте их начинкой, сверните рулетами, разрежьте на куски по 6-7 см, выложите на смазанный противень, смажьте взбитым с сахаром яйцом и выпекайте в духовке.

Пирог "Сластена"

Смешайте стакан любого варенья: сливового, вишневого, клубничного, яблочного (но учтите, что варенье из смородины, голубики и жимолости "раскрасит" ваше тесто, и в готовом виде оно приобретет болотный цвет), 2 чайные ложки соды, 4 столовые ложки растительного масла, 3 яйца, по стакану молока и сахара, 2 стакана муки.

На дно смазанной формы выложите свежие ягоды клубники, сливы или ломтики яблок (но можно обойтись и без них). Залейте тестом. Выпекайте в разогретой до 200 духовке.

Сметанник

На стакан сметаны возьмите чайную ложку соды, гашенной половиной чайной ложки уксуса, 2 яйца, стакан сахара, 2 стакана муки, немного соли.

Замесите тесто, выложите его в подготовленную форму и выпекайте в разогретой духовке. Готовый пирог промажьте любым вареньем.

Майонезник

Три яйца взбейте со стаканом сахара, добавьте 250 г майонеза, пол чайной ложки соды, гашенной уксусом, стакан муки. Тщательно вымесите тесто, переложите в подготовленную форму и выпекайте в умеренно разогретой духовке. Готовый пирог промажьте вареньем.

Сметанник "Зебра"

Возьмите 4 яйца, 2 стакана сахара, 2 стакана сметаны, чайную ложку соды, щепотку соли, муки столько, чтобы получилось тесто, как на оладьи, 2 столовые ложки какао.

Замесите тесто, разделите его на две равные части, в одну добавьте какао. Полученное тесто ложкой выкладывайте на смазанную сковороду, чередуя светлое и темное тесто. Выкладывать нужно в центр сковороды, а дальше тесто само растечется к краям.

Любовь ЖБАНОВА.
пос. Горин
Хабаровского края.

Серебряная рыбка

Рыба по-испански

1 кг судака выпотрошите, почистите, отрежьте головы, плавники и хвосты, промойте под струей холодной воды, обсушите, сбрызните лимонным соком и растительным маслом, посолите, заверните в фольгу и запекайте в духовке минут 40-45. После этого выньте рыбу из духовки, разверните фольгу, разделите на порции.

Тщательно взбейте по 2 столовых ложки растительного масла и лимонного сока, соль, черный молотый перец, 3 толченые дольки чеснока и полейте этим соусом подготовленную рыбу.

Фаршированный карп

Обработанного и промытого карпа средней величины тщательно сбрызните лимонным соком, оставьте на 1-2 часа, а затем хорошо посолите внутри и снаружи.

Две головки репчатого лука мелко порубите, спассеруйте на растительном масле. Добавьте 3 столовые ложки толченых грецких орехов, черный перец, порезанный дольками небольшой лимон. Приготовленным фаршем начините карпа, выложите его на лист фольги, полейте лимонным соком, заверните в фольгу и запекайте примерно часполтора.

Дарья ОРЛОВА.
Калуга.

Сборная солянка

Мясная солянка с оливками

200 г мяса залейте 2 л холодной воды, сварите бульон. Головку репчатого лука мелко нашинкуйте и потушите в растительном масле. Отдельно потушите в небольшом количестве бульона томатную пасту. Ее количество зависит от вашего вкуса. Очистите от кожицы и семян 2 соленых огурца. Нарежьте кубиками и слегка припустите. Отварное мясо из бульона, сосиски, ветчину, колбасу, в общем, что из мясного найдется в холодильнике, порежьте кубиками и сложите в кастрюлю. Туда же добавьте подготовленные лук, томат, огурцы. Положите лавровый лист и оливки. Залейте готовым бульоном и прокипятите 5-7 минут. Подавая на стол, в каждую тарелку положите ломтик лимона.

Грибная солянка

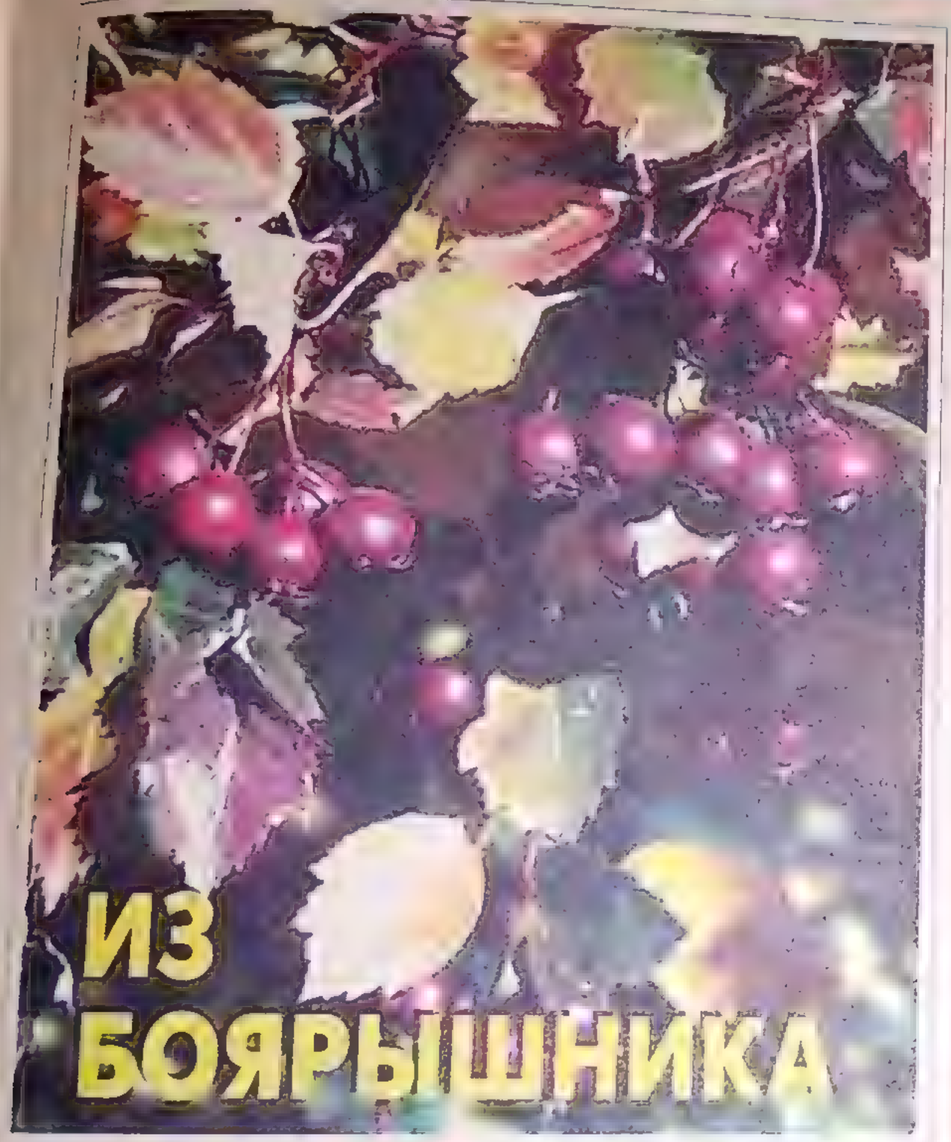
Отварите 30 г сухих грибов, выньте их из бульона. Нарежьте соломкой. Таким же образом нарежьте морковь, корни петрушки и сельдерея. Все сложите в грибной бульон и поставьте варить на слабом огне. В это время мелко порежьте свежую капусту (не больше горсти). Добавьте такое же количество квашеной капусты, дважды промытой в холодной воде, и потушите до готовности. Отдельно потушите мелко порезанную луковицу и помидор без кожицы. Маринованный огурец очистите от кожицы, мелко порежьте и ошпарьте. Все подготовленные продукты сложите в грибной бульон, добавьте лавровый лист, перец и варите на умеренном огне 15 минут.

Подавайте, добавив сметану, смешанную с лимонным соком.

Мясная солянка с капустой

Из 200 г говядины сварите бульон. Две головки репчатого лука мелко нашинкуйте, потушите с двумя столовыми ложками томатной пасты. Два маринованных огурца, мясо из бульона, 2 сосиски и, если есть, 100 г ветчины нарежьте соломкой, сложите в кастрюлю, добавьте лук с томатом, 100 г измельченной квашеной капусты, перец, лавровый лист и варите 15 минут. Подавайте со сметаной.

Светлана АРХИПОВА.
Иркутск.



ИЗ БОЯРЫШНИКА

Компот

Ягоды боярышника моют, отделяют косточки и плодоножки. Заливают соком кислых яблок - стакан сока на 1 кг плодов, кипятят три минуты. Затем заливают кипящим сиропом (300 г сахара на 1 л воды), остужают, разливают в банки, стерилизуют их пять минут и закрывают крышками. Яблочный сок можно заменить раствором лимонной кислоты (3 г на 1 л воды)

Боярышник, протертый с сахаром

1. Плоды бланшируют две-три минуты (держат в кипящей воде), вынимают из воды и протирают через сито, добавляя в пюре сахарный песок (500 г на 1 кг пюре). Массу раскладывают в горячие банки, сверху посыпают слоем сахара, закатывают крышками.

2. Протертую мякоть плодов смешивают с сахаром (500 г на 1 кг пюре), после чего раскладывают в горячие банки. Наполненные банки стерилизуют 20 минут и закатывают крышками.

САМ СЕБЕ СЫРОВАР

Хоть сейчас в магазинах можно купить множество самых разных сортов сыра, я с детства очень люблю сыр, приготовленный дома. Занятие это довольно хлопотное, зато результат стоит того.

СЫР СУЛУГУНИ

6 л молока доведите до кипения, влейте 100 г 9-процентного уксуса и варите 5 минут, постоянно помешивая. Хорошо посолите (сыр должен получиться довольно соленым на вкус), откиньте на дуршлаг, затем переложите в тканевый мешочек и положите в прохладное место под гнет на 8-12 часов

ДОМАШНИЙ СЫР

1,5 кг творога положите в кастрюлю, влейте 2 л молока, доведите до кипения, откиньте на сито, чтобы стекла лишняя жидкость, и пропустите через мясорубку. Отдельно взбейте 10 яиц, 100 г сливочного масла, добавьте по столовой ложке соли и соды. Обе массы перемешайте и варите на паровой бане два часа

При желании можно добавить в сыр различные пряности - укроп, тмин, лимон

ТМИННЫЕ СЫРКИ ПО-ЛАТЫШСКИ

На 0,5 кг творога возьмите 2 столовые ложки сметаны, 10 г тмина, соль по вкусу.

Свежий творог пропустите через мясорубку, добавьте соль, сметану, тмин и перемешайте. Полученную массу разделите на сырки, примерно по 100 г каждый, выложите на доску и накройте пергаментной бумагой. Как только сырки покроются тонким слоем плесени, снимите бумагу и дайте им немного подсохнуть.

ТОПЛЕНЫЙ СЫР

Готовят его из обезжиренного хорошо отжатого творога. Чтобы получить 1 кг сыра, возьмите 8,5 стакана творога, 2,5 столовой ложки сливочного или топленого масла, 4 чайные ложки соды и 3 чайные ложки мелкой соли.

Творог протрите или пропустите через мясорубку. В посуду положите подготовленный творог, возьмите половину соды и равномерно рассыпьте ее по всей поверхности творога, а затем, постоянно помешивая деревянной ложкой, нагревайте творог на слабом огне. Если в процессе нагревания на поверхности творога и у стенок посуды образуется сыворотка, огонь выключите, емкость накройте крышкой и оставьте на 10-15 минут. После этого сыворотку удалите. Если сыворотка не отделилась, добавьте остальную часть соды и продолжайте нагревать. Растопленное масло влейте в сырную массу только после того, как она расплавится и даже немного загустеет. Соль, специи и пряности (например, измельченные в порошок тмин, укроп и анис) положите за 15-20 минут до окончания варки.

Валентина КОЗЫРЕВА.
Самара.

Кислые сладости

ЛИМОННЫЙ ТОРТ

Для теста возьмите 200 г муки, щепотку соли, неполную чайную ложку соды, 100 г сливочного масла, 1-2 столовые ложки воды

Для начинки: 4 яйца, сок 3 лимонов, цедру 1-2 лимонов, 200 г сахара, 2 столовые ложки крахмала, 3 столовые ложки

получения густого крема. Намажьте кремом лепешку из теста. Белки взбейте с сахарной пудрой и намажьте ими поверхность торта. Поставьте торт в разогретую духовку на 10 минут.

ЛИМОННАЯ БАБА

Возьмите 4 яйца, 150 г са-

кой форму, поставьте в [illegible] чую духовку и выпекайте

1 кг пюре), после чего раскладывают в горячие банки. Наполненные банки стерилизуют 20 минут и закатывают крышками.

Джем

Вымытые ягоды кладут в таз, добавляют на каждый килограмм 2 стакана воды и варят на слабом огне до размягчения ягод. Отвар сливают. Мякоть ягод протирают через сито и смешивают с отваром. Добавляют сахар из расчета 800 г на 1 кг плодов и варят, помешивая, до консистенции густой сметаны. Добавляют лимонную кислоту (3 г на 1 кг плодов), или сок кислых яблок, или мелкие кислые ягоды. Горячий джем разливают в горячие банки, стерилизуют их пять минут и закрывают крышками.

Галина ФЕДОРОВА.

ложки воды.

Для начинки: 4 яйца, сок 3 лимонов, цедру 1-2 лимонов, 200 г сахара, 2 столовые ложки крахмала, 3 столовые ложки сахарной пудры.

Продукты для теста быстро смешайте и поставьте на холод на час. Песочное тесто раскатайте в тонкий пласт и выложите в форму, приподняв края теста. Запекайте в духовке около получаса до светло-коричневого цвета.

Желтки и сахар взбейте на пару, добавьте сок и цедру лимонов, крахмал и взбейте до

поверхность торта. Поставьте торт в разогретую духовку на 10 минут.

ЛИМОННАЯ БАБА

Возьмите 4 яйца, 150 г сахарной пудры, 200 г муки, щепотку соды, 50 г маргарина, цедру лимона, по столовой ложке изюма и дробленых орехов.

Яйца с сахаром взбейте на пару до загустения. К полуостывшей массе добавьте, помешивая, муку с содой, растопленный маргарин, цедру, орехи, изюм. Выложите в смазанную маслом и обсыпанную муку форму, поставьте в горячую духовку и выпекайте на слабом огне.

ШАРЛОТКА С ЗЕЛЕНЫМ ЛИМОНОМ

Возьмите 4 зеленых лимона, 3 яйца, 250 г сахара, 125 г масла, 40 штук готового бисквитного печенья.

Для украшения: 3 зеленых лимона, по 200 г сахара и воды.

Натрите цедру 4 лимонов, отожмите сок. Взбейте миксером желтки с сахаром, добавьте цедру и сок лимона. Поставьте смесь на огонь, помешивая, дайте немного загустеть. Крем не должен кипеть. Процедите. Взбейте размягченное масло, добавьте его в теплый крем, взбейте. Белки взбейте в крепкую пену, осторожно введите в крем. Сварите сироп из воды и 200 г сахара. Дайте чуть остыть. Обмакните печенье в сироп. Выложите им дно и стенки формы. Выкладывайте слоями лимонный крем и печенье. Последним должен быть крем. Поставьте в холодильник на 12 часов. Перед подачей выньте шарлотку из формы, украсьте ломтиками лимона, пропитанного оставшимся сиропом.

Светлана СУХАНОВА.
Оренбург.

СВЕРНИ РУЛЕТ - ГОТОВ ОБЕД

Рецепты всевозможных рулетов, которые мы предлагаем вашему вниманию, требуют определенных кулинарных навыков и сноровки. Но, приготовив их, вы удивите и своих домашних, и гостей.

Куриный рулет

Вам потребуется 2-3 куриных окорочка среднего размера, пакетик желатина, морковь, несколько оливок без косточек.

У окорочков снимите кожицу, отделите мясо от костей. Филе сложите в миску, засыпьте желатином, добавьте нарезанную кружочками морковь и оливки, посолите. Полученную массу сложите в пакет из-под молока (жесткий, внутри должна быть фольга). Закройте пакет и варите его на водяной бане примерно около часа. Охладите, после чего вынимайте рулет и подавайте на стол.

Рулет из сыра

300 г любого твердого сыра кладете в полиэтиленовый пакет, который внутри смазан растительным маслом. Плотно завязываете и кипятите в воде 10-15 минут. Сыр должен стать мягким. Раскатываете смесь на большом куске фольги. На мягкий сыр выкладываете начинку - творог, мелко нарубленную зелень, отварное куриное мясо, чеснок, оливки. Начинка может быть любая. Быстро скручиваете рулет, оборачиваете фольгой и ставите в холодильник. Через несколько часов рулет готов.

Мясной рулет

Говядину нарежьте широкими плоскими кусками и хорошо отбейте. Затем разложите в один слой на большом куске фольги, смазанной сливочным маслом. На мясо посыпьте чеснок и любую зелень, выложите обжаренные с луком грибы, натертый на крупной терке сыр, нарезанные кружочками помидоры, затем еще раз чеснок и зелень. Посолите и поперчите. Аккуратно сверните рулет, оберните фольгой, а потом прочно перевяжите ниткой. Запеките в духовке.

Картофельный рулет

Приготовьте густое картофельное пюре. Выложите на влажную салфетку или мокрый целлофан, разровняйте. На середину этой лепешки положите овощной фарш и очень осторожно сверните рулет. Переложите его на смазанный маслом противень швом вниз. Верх нужно смазать сметаной, посыпать сухарями, проколоть в 2-3 местах и запечь. Для фарша потребуется морковь, корень петрушки или сельдерея, натертые на крупной терке, репчатый лук (мелко порезанный), грибы. Все ингредиенты спассеровать на масле, добавить соль, перец, зелень. Вместо овощной начинки можно взять мясную или рыбную. Тогда фарш следует чуть-чуть обжарить на масле.

Сладкий рулет

Для теста потребуется 2 тонких стакана муки, 200 г маргарина, яйцо, две трети стакана молока, соль и сода на кончике ножа.

Маргарин порубите в муку, соль растворите в молоке и соедините все продукты. Быстро замесите тесто и скатайте его в шар, присыпьте мукой и поставьте в холодное место минут на 20-30. Начинки для рулета можно брать любые. Замороженные фрукты - абрикосы, вишни, смородину (ее нужно дополнительно посыпать сахарной пудрой). Любые орехи - их нужно измельчить и смешать с сахаром. Подойдут курага и изюм - их нужно заранее замочить в теплой воде, а потом курагу порезать на 2-4 части.

Раскатайте тесто, смажьте его белком и выложите начинку тонким ровным слоем. Скатайте рулет и сверху смажьте желтком. Проколите в нескольких местах и выпекайте в духовке на среднем огне.

Елена МИТЕЧКИНА.

ЛЕГКО УЛОЖИТЬ И ВЫМЫТЬ

Для тех, кто не хочет или не может много времени и сил тратить на чистоту и красоту полов, линолеум - самый подходящий материал.

Во-первых, легко моется, долговечен. Во-вторых, его нетрудно заменить, когда он утратит свежесть и новизну или надоест его цвет и рисунок. И главное, линолеумом можно покрывать любые полы - цементные, древесно-стружечные, из досок, ксилолита и прочих материалов. Причем, зная некоторые тонкости при работе с линолеумом, можно легко заменить старое покрытие новым или на досчатый пол постелить современный красивый с разнообразным рисунком и фактурой материал.

Важно, чтобы основание пола было ровным, чистым, без трещин, сухим. Поскольку линолеум - материал эластичный, после настила все дефекты поверхности будут видны. А уложенный на влажный деревянный пол линолеум быстро отслаивается, вздувается, иногда даже рвется.

Чтобы этого не произошло, необходимо предварительно проверить влажность деревянного покрытия: на пол кладут кусок фильтровочной или папиросной бумаги, а сверху лист линолеума и прижимают грузом. Если спустя два-три дня бумага остается сухой, поверхность пола не потемнеет, значит, можно приступать к работе.

Нужно учитывать, что при [illegible] линолеум [illegible]

Подготовку к приклеиванию начинают с того, что рулон разрезают на полосы с таким расчетом, чтобы в местах стыка кромки заходили одна на другую на 1,5-2 см - это необходимо для правильной прирезки швов.

Разрезанные полосы укладывают стопкой и выдерживают под грузом, пока они не выпрямятся. После этого жесткой щеткой или жестяным скребком на нижнюю поверхность полосы наносят клеющий состав так, чтобы он не доходил до краев кромки на 8-10 см; их покрывают лишь после прирезки швов смежных полотнищ.

Уложив линолеум на пол, его тщательно разглаживают. А чтобы он лучше приклеился, прижимают грузом, под который подкладывают доски или фанеру

Через двое суток груз снимают, полотнища прирезают и приклеивают стыки. Острым ножом обе кромки прирезают сразу так, чтобы соединение встык получилось ровным.

Завернув кромки, под ними промазывают пол, затем кромки плотно прижимают и накладывают на них груз.

У стен края полотнища прирезают, приклеивают и прикрывают снятыми плинтусами.

Для бетонных и деревянных оснований можно самому приготовить мастику-клей по 470 г просеянного мела и 170 г портландцемента. Мел смешать с цементом, засыпать в олифу и перемешать.

Чтобы линолеум не портился и дольше служил, его не следует мыть водой со щелочью и содой, нельзя использовать минеральные масла: под их влиянием линолеум быстро ломается. Лучше всего вымыть его водой с мылом или порошком, затем раствор смыть чистой водой и пол насухо вытереть.

Линолеум сохранит свой изначальный блеск, если натирать его мастикой "Самоблеск" *или смесью воска и парафина:* по одной части каждого и пяти

Освежить и отчистить линолеум от пятен можно с помощью мелкозернистой наждачной бумаги - обработать проблемные места, затем их смочить растительным маслом с помощью мягкой неворсистой тряпки и отполировать.

Если между швами в линолеуме образовались небольшие щели, их заливают подогретым парафином или стеарином. Затвердевший выпуклый шов осторожно разглаживают циклей.

Под действием влаги на линолеуме могут появиться пузыри. Удаляют их следующим образом: острым ножом

Прописка плюс приватизация

Мои родители живут в неприватизированной квартире и хотят, чтобы я ее приватизировала на свое имя. Обязательно ли мне прописываться, если я сейчас прописана у мужа?

Наталья ВОРОНКИНА. Дмитров Московской области.

В соответствии с законом граждане РФ, занимающие жилые помещения на условиях социального найма, вправе с согласия всех совместно проживающих совершеннолетних членов семьи, а также несовершеннолетних в возрасте от 14 до 18 лет приобрести эти помещения в собственность. Вы должны прописаться у родителей и только потом оформить квартиру в собственность.

Договор должен быть заверен

Мы с мужем живем в браке 12 лет. У него есть свой бизнес и у меня тоже. Мы ценим свою самостоятельность, поэтому решили заключить брачный договор. Как его правильно оформить?

Марина. Санкт-Петербург.

Для составления брачного контракта (определение оптимального правового режима имущества супругов) вам нужно обратиться в юридическую фирму или к нотариусу. После составления брачного контракта он подлежит нотариальному удостоверению (договор о разделе имущества или брачный договор стали удостоверяться нотариально с введением в действие части первой ГК РФ, т.е. с 01.01.95

Нужно учитывать, что при низкой температуре линолеум становится хрупким. Поэтому, если его доставляют в морозную погоду, то, прежде чем раскатать рулон, его выдерживают в теплом помещении.

К настилу пола линолеум приклеивают или прибивают мелкими гвоздями. Последнее менее прочно и не так красиво, зато позволяет при необходимости без труда снять покрытие.

Для бетонных и деревянных оснований можно самому приготовить мастику-клей по такому рецепту: на 350 г битума взять 150 г канифоли, 250 г лакового керосина или бензина, 50 г любой олифы. В разогретый битум вливают раствор канифоли, разведенной в лаковом керосине или бензине, добавляют олифу и все перемешивают.

Для любых полов можно приготовить универсальную мастику. Взять 360 г олифы, изначальный блеск, если натирать его мастикой "Самоблеск" или смесью воска и парафина: по одной части каждого и пяти частей скипидара. Нагревая не на открытом огне, все смешать.

Можно смазывать линолеум льняным маслом: шерстяной тряпкой нанести тонкий слой и оставить на сутки (в это время по полу не ходить!), затем натереть. А раз в три месяца покрывать его олифой и натирать мягкой тряпкой.

Под действием влаги на линолеуме могут появиться пузыри. Удаляют их следующим образом: острым ножом разрезают крест-накрест двумя надрезами. Наверх загибают углы разреза, подложку линолеума чистят и смазывают соответствующим клеем. После этого углы плотно прижимают и прокатывают скалкой. Небольшие щели заливают стеарином, когда клей уже затвердел.

Евгения ПЕНОВА.

ВЫРВАЛИ В ДАВКЕ КЛОК

Иногда случается, что в одежде вырван клок, то есть ткань порвана и по основе, и по утку.

Заплаты лучше всего пришивать из той же ткани, что и поврежденная вещь, или из похожего материала, который надо постирать и выгладить, чтобы в дальнейшем не сел. Накладывают заплату, следуя направлению нити утка и основы. Если ее нужно положить у самого шва, то шов следует подпороть и одну сторону заплаты подвести в шов. Заплату надо приметать с лицевой стороны и с изнанки и, подгибая края накладываемого кусочка ткани, потайным швом пришить его. Наметку выдернуть.

Потрудиться, конечно, придется. Но если все сделать аккуратно, любимая вещь вдвойне порадует вас возможностью ее надеть и затраченными для этого усилиями.

Если заплата прямоугольной формы, то по ее углам следует сделать косой надрез на глубину 0,5 см. Заплаты, расположенные не на видном месте, можно пристрочить на машинке.

Евгения СОЛОВЬЕВА.

ВНИМАНИЮ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РЫБОВОДЧЕСКИХ ХОЗЯЙСТВ!

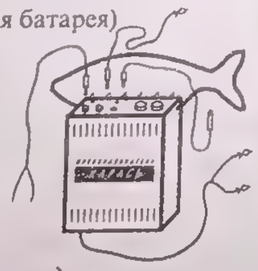
Преобразователь электрической энергии «КАРАСЬ»

Предназначен для отлова рыб-производителей, больной, сорной рыбы без причинения вреда рыбе и окружающей среде. Принцип работы основан на анодной реакции рыб.

Технические характеристики

Напряжение питания	12В (аккумуляторная батарея)
Максимальная мощность	400 Вт
Радиус действия	до 4 метров
Габаритные размеры	190x116x68 мм
Масса	0,8 кг

Регулируемая частота и скважность.
Изделие сертифицировано.



Гарантия 1 год.
Отпускная цена **1460** руб.

Возможна отправка по почте наложенным платежом.
Стоимость **1685** руб. (цена прибора + почтовые сборы + оплата перевода).

Заявки по адресу:
630129, г. Новосибирск 129, а/я 80
ООО «ОЛСА-СЕРВИС» Тел. 8 (383-2) 74-04-42
www.olsa-s.ru

К

Почему люди пьянствуют? Почему никакие средства не помогают? Что надо сделать для того, чтобы пьяница бросил пить раз и навсегда. Отвечу всем. 352909, Краснодарский край, г. Армавир, а/я 900, травнику Головкову Александру Владимировичу.

К

му удостоверению (договор о разделе имущества или брачный договор стали удостоверяться нотариально с введением в действие части первой ГК РФ, т.е. с 01.01.95 г., п. 2 ст. 41 Семейного кодекса, ч. 1 ст. 256 ГК). Несоблюдение требуемой законом нотариальной формы влечет недействительность договора.

Нотариус не прав

Мать оставила мне в наследство дачный участок. Нотариус потребовал рыночной оценки земли, а это дорого. Обязательно ли это?

Ольга БОГАЛЕВА. Москва.

Видимо, нотариус сослался на ст. 7 Закона "Об оценочной деятельности в РФ" и положения о взимании госпошлины за совершение нотариальных действий главы "Госпошлина" Налогового кодекса. Но вы не обязаны предоставлять рыночную оценку участка, а вправе использовать нормативную стоимость. Если нотариус откажется принимать документ, сошлитесь на Письмо от 14.03.2005 г. Минфина РФ в адрес Президента Федеральной нотариальной палаты РФ. Или подавайте в суд.

Полина ПАВЛОВА, кандидат юридических наук.

Отзывчивая Лидия и справедливый Олег

Говорят, имя - это судьба. Поэтому не спешите в ЗАГС за "короч-кой" для новорожденного. Понаблюдайте за своим малышом - возможно, его поведение подскажет вам правильный выбор. А мы продолжаем рассказывать, что означают самые распространенные имена. (Начало см. в ДД № 37, 38.)

Инна

Это имя с латинского переводится как бурная.

Ее бурность - зимняя, вьюжная и направлена не вовне, а вовнутрь себя - оттого Инна скрытна и одинока; как личность - затаенная, вдумчивая, способная вынашивать сокровенные замыслы, что позволяет ей быть уверенной в себе. Инна упорна и самолюбива и идет на уступки неохотно, а если идет, то заранее все просчитав. Она не прощает людям их недостатков, как, впрочем, и себе, умея впитывать самые различные идеи, но сама открыть их не способна. К предсказаниям Инна относится с легким скепсисом, хотя в определенной мере суеверна. Влюбляется не быстро и в любви "принуждает" себя к верности. Не чадолюбива, но в меру заботится о своих детях.

Хорошо сочетается в любви с Виктором, Михаилом и Евгением.

Лидия

Это имя переводится как азиатка, жительница Лидии. Лидия в известной мере загадочна, она "себе на уме". О таких говорят: "В тихом омуте черти водятся". Она любопытна и любознательна, но быстро охладевает к предмету своего внимания. Отличается отзывчивостью и сердечностью, потому любима подругами, вызывая, однако, их зависть. В любви одержима, создает из любви идеал. Выходя замуж, целиком отдается семье и не очень склонна к гаданиям и предсказаниям.

Как личность обычно осуществляется к концу жизни

В любви хорошо сочетается с Алексеем и Владимиром

Наталья

С латинского переводится как родная.

В этом имени слышится весенняя талость, выражен знак зрелости и равновесия. В зените возраста ей нужно находиться в постоянном напряжении.

Наталья умеет быть красивой, обольстительной и жизнерадостной.

В тяжелый час сосредотачивается для борьбы. Хотя она и мечтательница, но весьма практична и изобретательна. Лучше всего о способностях Натальи говорит народная пословица: "У Наталки - одни похвалки, у Наты - ума палаты, а у Натальи - ни слез, ни печали".

Как личность раскрывает себя во второй половине жизни. В любви хорошо сочетается с Павлом и Сергеем.

Олег

Это имя с древнескандинавского переводится как священный.

Олег при достижении цели кажется вялым и медлительным. Он - человек в себе, но при этом часто не понимает сам себя и внутренне совестлив, способен на искреннее покаяние и даже самоотречение.

Умея увлекаться, он верит гаданиям, снам и предсказаниям. У Олега обостренное чувство справедливости.

Как личность раскрывается постепенно и медленно. Благоприятная пора его жизни - первая половина.

В любви хорошо сочетается с Ириной и Татьяной.

Павел

Это имя с латинского переводится как малый.

Павел легковерен, поспешно влюбляется и быстро разочаровывается. Он то добр, то жесток. Павел живет будущим, прожектами, прошлого не любит, настоящим не удовлетворен, потому и не дорожит им.

В семье Павел - преданный, сентиментальный, его тихая фантазия совсем не мешает спокойной деловитости. Павел медлителен и переменчив.

Петр

Это имя с греческого переводится как камень и означает краеугольность, твердость в убеждениях.

Петр - инициативен, догадлив, решителен, но может и отвлекаться на "досуги". В нем много слепой, стихийной отважности, долготерпения в вынашивании заветных замыслов. Неудачи не могут сломать его. Одновременно он остается бесшабашным и непредсказуемым, что нравится сподвижникам его, а также поклонницам. Однако он может опрометчиво споткнуться буквально на ровном месте.

Петр реализуется в первую половину жизни. В любви хорошо сочетается с Екатериной и Александрой.

Подготовила Татьяна ВИКТОРОВА.

Кофейные зерна предскажут судьбу

Гадать на кофейной гуще умеют многие. Но вот о том, что можно узнать свою

Кофейные зерна предскажут судьбу

Гадать на кофейной гуще умеют многие. Но вот о том, что можно узнать свою судьбу с помощью кофейных зерен, большинство людей даже и не предполагает. А напрасно. Прогнозы, полученные в результате этого гадания, практически безошибочны. Только учтите, что способ предсказания будущего достаточно затейлив и требует много времени. Так что, если вы решили прибегнуть именно к этому оракулу, запаситесь терпением. Но все не так уж сложно, как кажется вначале.

Для гадания необходимо 41 необжаренное кофейное зернышко. Мысленно задайте вопрос, причем такой, чтобы на него можно было ответить "да" или "нет". Теперь закройте глаза и разделите все зернышки на три примерно равные кучки. Откройте глаза и начинайте подсчет

Расшифровку начинают с кучки, оказавшейся ближе всего к правой руке. Откладывайте из нее сначала по четыре, затем по три зернышка, затем опять четыре, потом опять три, и так далее до тех пор, пока из всей кучки не останется четыре или меньше зернышек (может быть и одно). Отложенные зерна разделите таким же образом еще два раза так, чтобы в результате получилось три маленьких кучки из первой большой.

Эти три кучки нужно разложить по вертикали на столе. А оставшиеся зерна уберите в гадании они не участвуют.

Теперь ту же самую процедуру проведите со второй и третьей большими кучками. Из второй большой кучки сделайте три маленьких и выложите их по вертикали слева от первой, затем, опять-таки слева, три из третьей.

Подсчитайте количество зернышек в каждой из образовавшихся 9 кучек: четное оно или нечетное. Если сложно держать весь чет-нечет в голове, запишите его на листе бумаги.

Первая вертикальная линия (та, что ближе к правой руке) называется "милостью". В ней содержатся ответы на вопросы, связанные с вашей судьбой. Преимущество нечетных кучек (или даже кучек по одному зернышку) означает, что вы идете верным путем и вам покровительствуют высшие силы. Помимо этого, в самом скором времени на вас свалится неслыханное богатство.

Если больше оказалось четных кучек, вам следует запастись терпением.

Самая дальняя линия (от правой руки) именуется "препятствие". Она - отражение проблем в вашем внутреннем мире. При преимуществе нечетных кучек можно надеяться на то, что все трудности и сомнения могут быть преодолены вами самостоятельно.

Если больше оказалось четных кучек - увы! - удача вам не светит. И между прочим, только по вашей вине.

Средняя линия - "равновесие". Здесь кроются ответы на вопрос, стоит ли ждать помощи и поддержки от окружающих. Ответ таков же, как и раньше: больше нечетных кучек - положительный ответ, четных - отрицательный.

Верхний горизонтальный ряд именуется "небом". Он решает вопросы, связанные с интеллектом, образованием и характером гадающего.

Средний ряд - тоже "равновесие". К нему относятся вопросы, связанные с проблемами души и любви.

Нижний ряд - "земля". Он отвечает за проблемы материального и физического бытия: секс, страхи, болезни.

Принцип расшифровки таков же, как и в случае с вертикальными рядами: больше нечета - все прекрасно, четных кучек - увы и ах!

Надежда ДОРОНИНА, магистр бытовой магии.

БОЛЬШЕ ДЕЛА, МЕНЬШЕ СЛОВ

Сейчас развелось очень много пикаперов - мужчин, которые считают, что могут легко соблазнить женщину и получить от нее все, не давая ничего взамен. Таким запудриванием мозгов занимаются и молодые, и зрелые мужчины, когда они хотят найти партнершу для постоянных (но необременительных) встреч. Пикаперы применяют стандартные приемы и зачастую добиваются своей цели. Но их можно сбить с толку!

Прием первый. Он говорит очень много. Вы не знаете, как вставить хотя бы слово. На любой поворот темы у него есть заготовленный ответ. Обязательный признак пикапера - знание большого количества стихов о любви, которыми наверняка разбил не одно сердце.

Что делать. Задайте неожиданный вопрос, например: "А какой фирмы у вас ботинки?" Но лучше всего, если он начнет читать стихотворение, а вы его закончите. Правда, для этого надо хорошенько проштудировать любовную лирику.

Прием второй. Он без конца говорит о том, что не может жить без любви, что так устал от одиночества, что хочет искренности и доверия, но все женщины очень меркантильны и ветрены. Пикаперы очень любят рассказывать, как они играют с племянниками, как правило, вымышленными. Так они создают иллюзию стабильности и надежности. Будьте осторожны!

Что делать. Если у вас есть дети, предложите с ними познакомиться. Если он не откажется, возможно, у него искренний интерес к вам. Если же вы лишены отпрысков, скажите брезгливо: "Дети хороши, если их правильно готовить". Или намекните на двадцать пять абортов. Скорее всего, он пойдет искать новую жертву.

Прием третий. Он много мечтает вслух. Как правило, это касается семьи. "Если бы я был женат, то дарил бы жене цветы каждый день", "Если бы мы жили вместе...", "Если бы мы поехали на Канары"... Он пытается усыпить вашу бдительность и поставить в вашем сознании "позитивный якорь". Он рассчитывает, что потом сможет видеть вас раз в месяц, а вы будете ждать и надеяться.

Что делать. Такие слова - ловушка. Если он говорит не "если", а "когда", попробуйте записывать его обещания с указанием даты. Потом можно предъявить ему этот список и поставить условие: или выполнение обещаний, или расставание.

Александра СМИРНОВА.

ЕХАЛ ПЕС В АВТОМОБИЛЕ

Конечно, к правильному поведению собаки в автомобиле, как и к любому другому навыку, лучше начинать приучать с щенячьего возраста. Ведь некоторые не приученные к машине животные не могут спокойно усидеть там даже короткий промежуток времени и сильно мешают водителю. Но смею вас заверить, что непоседливость собак в машине - это не их вина. Чтобы собака правильно вела себя в автомобиле, ей надо обязательно объяснить, что, с нашей точки зрения, является "правильным".

Лучше всего, если у собаки будет отведенное специально для нее место в автомашине, где она будет находиться во время поездок. Место может быть как на сиденье, так и в багажнике, если кузов машины является универсальным. Для многих автовладельцев, имеющих кузов-универсал, возить собаку в багажнике, который, по сути, находится в салоне, очень удобно. Некоторые натягивают специальную сетку между салоном и багажником. В этом случае собака не будет ме[illegible] пассажирам, ни во[illegible], а также при плохой погоде на улице у вашего питомца не будет возможно-

ле, находясь в специально предназначенной переноске своего рода домике, к которому она уже привыкла ранее.

Если собака еще не приучена ездить в автомашине, то не следует сразу отправляться в дальнюю дорогу.

В первую очередь начните обучение с осмотра автомобиля, пусть собака обнюхает его, поймет, что никакой опасности он не представляет. Следующим шагом разумнее будет показать собаке, где находится ее место, которое она должна занимать во время поездки. Похлопайте ладошкой по нему, привлекая внимание вашего любимца, побудите

нять, тем лучше и быстрее пес все запомнит, и в дальнейшем у вас не будет хлопот ни при посадке в машину, ни в дороге.

Так же следует объяснить собаке, через какую дверь ей следует выходить при остановке во избежание возникновения неконтролируемых ситуаций. Приведу несколько примеров.

Припарковав машину на обочине дороги, вы открываете дверь, чтобы выйти, а ваш любимец, проявляя самостоятельность, выпрыгивает сразу за вами и оказывается на проезжей части. Думаю, дальше продолжать этот пример нет никакой необходимости.

Или такая ситуация, конечно, не столь шокирующая, но тем не менее. Вы едете домой после дачи или дрессировочной площадки. Всю дорогу пес ведет себя спокойно. Увидев знакомый двор, он начинает радоваться и при остановке, не дожидаясь, когда вы выпустите его, прыгает за вами через салон в первую открывшуюся дверь. Конечно, это было бы не страшно, будь на улице сухая погода, ну а если лужи и грязь?..

Вот питомец ознакомился с автомобилем и усвоил расположение своего места. Теперь можно начинать первые поездки, лучше, если они будут пока

Во время поездки понаблюдайте за питомцем, не укачивает ли его в дороге. В противном случае лучше будет не кормить собаку перед поездкой примерно за 2-3 часа.

Если вы вместе со своим любимцем собрались в дальнюю поездку, то по пути не забывайте делать остановки, чтобы дать собаке попить и выгулять ее, а заодно и лапки размять.

Постарайтесь, чтобы в дороге не было сильных сквозняков, так как собака может простудиться. Но не стоит пренебрегать поступлением в салон свежего воздуха, столь необходимого собаке, особенно в длительных поездках.

ния температуры может случиться тепловой удар.

Если вам все же необходимо надолго оставить собаку в машине летом, то поставьте автомобиль в тенечек и немножечко приоткройте противоположные окна, создав тем самым естественную вентиляцию.

Если обучение правильному поведению в автомобиле пройдет грамотно и с терпением, то пес с большим удовольствием будет совершать с вами совместные поездки и совсем не доставит хлопот в дороге, независимо от дальности маршрута. Мой пес, например, сопровождал меня в автомобильной поездке на море, которая [illegible]

салоном и багажником. В этом случае собака не будет мешать ни пассажирам, ни водителю, а также при плохой погоде на улице у вашего питомца не будет возможности испачкать весь салон.

Если вы являетесь владельцем маленькой собачки, то для нее будет лучше совершать поездки в автомобиразумнее будет показать собаке, где находится ее место, которое она должна занимать во время поездки. Похлопайте ладошкой по нему, привлекая внимание вашего любимца, побудите его прыгнуть, щедро похвалите, если он все делает правильно. Старайтесь не торопить собаку, помните: чем терпеливее вы будете объясбы не страшно, будь на улице сухая погода, ну а если лужи и грязь?..

Вот питомец ознакомился с автомобилем и усвоил расположение своего места. Теперь можно начинать первые поездки, лучше, если они будут пока короткие, например на постоянное место выгула или в ближайшую лесопарковую зону.

Постарайтесь, чтобы в дороге не было сильных сквозняков, так как собака может простудиться. Но не стоит пренебрегать поступлением в салон свежего воздуха, столь необходимого собаке, особенно в длительных поездках.

В жаркую погоду не оставляйте питомца в машине надолго, в противном случае у него из-за резкого повышепением, то пес с большим удовольствием будет совершать с вами совместные поездки и совсем не доставит хлопот в дороге, независимо от дальности маршрута. Мой пес, например, сопровождал меня в автомобильной поездке на море, которая заняла примерно двое суток.

Екатерина ЛЕОНОВА, кинолог.

Наш фотоконкурс

"Моя семья и другие животные"

Мы предлагаем читателям "Друга дома" взять в руки фотоаппараты и запечатлеть интересные моменты жизни своих домашних любимцев. Можно с хозяевами, а можно и без. Трех победителей по итогам конкурса (а длиться он будет весь нынешний год) ждут призы - по 1000 рублей каждому.

Секретничают...
Прислала Нина ПАНШИНА. Москва.

Кирилл и Тузик.
Прислал Сергей ГУСАРОВ.
г. Северск Томской области.

Сам поел и меньшого брата угостил.
Фото Наталии МАЗНЕВОЙ.
пос. Айхал, Якутия.

Гортензия в доме...

Гортензию садовую, как ни странно, выращивают только в домашних условиях. В южных районах России этот вид неплохо себя чувствует и в открытом грунте. В северных областях гортензия тоже может перезимовать под снегом, но для этого осенью растение нужно очень хорошо укрыть.

Самое главное условие при выращивании гортензии в горшке - соблюдать режим полива. Ведь латинское название этого растения - гидрангия, что в переводе означает "любящая воду". Летом почва не должна пересыхать ни на один день. Зимой полив уменьшают, но нужно следить за тем, чтобы почва полностью не пересыхала. В холодный период часть листьев может опасть. Это нормальное явление.

Весной из почек начнут развиваться молодые побеги. Чтобы при этом кустики оставались пышными и компактными, длинные ветки следует укоротить, а слабые вырезать. Обычно оставляют не более четырехшести сильных побегов. На них летом развиваются пышные соцветия. Как правило, они окрашены в розовый цвет. Однако красящий пигмент лепестков в зависимости от кислотности среды может изменять интенсивность окраски. Например, если почва кислая, то цветы гортензии из розовых превратятся в голубые. Но стоит пересадить растение в обычную садовую землю, как все видовые признаки вновь вернутся к исходному состоянию. У белоцветковых сортов изменения окраски не происходит, потому что в таких лепестках красящие пигменты просто отсутствуют.

Искусственно изменить кислотность почвы можно при помощи сульфата аммония или алюмокалиевых квасцов. Эти вещества разводят в воде из расчета 25 г на 10 л. Полив таким раствором проводят в период бутонизации. Если возможности приобрести нужные реактивы нет, то добавьте в почвенную смесь большое количество торфа (две трети объема).

...И в саду

В условиях средней полосы России в открытом грунте успешно растут несколько видов гортензий: крупнолистная, древовидная и метельчатая. Это довольно крупные кустарники высотой от 1,2 до 1,8 м. Цветы, в зависимости от возраста, могут иметь различную окраску. Сразу после распускания они окрашены в зеленоватый цвет, затем становятся белыми. У гортензии метельчатой к осени соцветия окрашиваются в розовый цвет.

Для стимуляции обильного цветения кусты гортензии необходимо каждый год обрезать. Дело в том, что цветочные почки этого растения образуются только на молодых побегах. Если их будет слишком много, то соцветия сформируются мелкими, а их развитие затянется дольше обычного. Чтобы этого не случилось, ранней весной все загущающие крону побеги нужно вырезать, а остальные укоротить на четверть или на треть длины.

Гортензия очень требовательная к водному режиму. Поэтому в жаркую погоду ее необходимо регулярно поливать. Если воды недостаточно, то листья тут же поникнут. Однако застоя талой воды или близкого залегания грунтовых вод гортензия не переносит. Это обстоятельство нужно учитывать при выборе места для посадки.

Соцветия всех видов гортензий могут быть использованы для составления зимних букетов. Они быстро высыхают, сохраняя при этом свою форму и окраску. Для этого соцветия нужно срезать в середине или конце августа и подвесить в темном, хорошо проветриваемом месте. Через две-три недели цветы полностью высохнут. Если есть желание, соцветия можно окрасить в любой цвет. Проще всего это сделать при помощи пульверизатора.

Раздел ведет обозреватель "Друга дома" - агроном, цветовод и фитодизайнер Михаил ВОРОБЬЕВ

ТОВАРЫ - ПОЧТОЙ (К)

Высылаем наложенным платежом

Инкубатор "Золушка" на 70 яиц (220 В / 12 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1295 р.**

Инкубатор "Золушка" на 70 яиц (220 В, механизм переворачивания яиц, гарантия 18 мес.) **1071 р.**

Инкубатор "Золушка" на 100 яиц (220 В, ручной переворот яиц) **1000 р.**

Инкубатор "Золушка" на 45 яиц (220 В, ручной переворот яиц, гарантия 18 мес.) **880 р.**

Эл. зернодробилка (220 В, 60 кг/час, вес 7 кг, гарантия 1 год) **1753 р.**

Эл. прялка (220 В, вес 2,5 кг) **1096 р.**

Эл. сепаратор "Нептун" 1585 р.

Озонатор (220/12 В, 50 Вт): обработка озоном избавит урожай в хранилищах от гнили, плесени, грибка и грызунов **1727 р.**

Преобразователь "Карась" (12 В, 360 Вт) **1685 р.**

Цена включает все затраты и действительна **до 31.10.2005 г.**

ЗАЯВКИ ПО АДРЕСУ: **630129, Новосибирск-129, а/я 80 "Товары - почтой"**, телефон 8-383-2-74-04-42.

www.olsa-s.ru

ЭЛЕКТРОКУЛЬТИВАТОР ЭК-3

220 В, 1,5 кВт - от 13000 р. (на базе МК Крот)

Переоборудование МК Крот в электрокультиватор - от 5800 р.

М. Ленинский просп., 5 Донской пр-д, 21б, проходная ЭНИМС

Мест. тел. 132; 171; 188.

955-51-32, 955-51-71, 955-51-88

семена почтой

семена почтой

УРОЖАЙНАЯ ГРЯДКА 2006

Летние скидки осенью до 50-75%!

Урожайная грядка стала еще доступнее. При почтовом заказе семян Агрофирмы СеДеК цены на многие сорта и гибриды снижены на 50-75%! От 60 копеек за пакетик семян! Спешите приобрести урожай будущего года!

ТОМАТЫ популярные сорта советской селекции: Белый налив, Оникс - 60 коп., Амулет- 70 коп., Гея, Грот, Дубок, Ляна, Москвич, Новинка Приднестровья, Новичок, Отрадный, Перемога, Персей, Ранний-83, Сибирский скороспелый, Солярис, Талалихин, Флора, Челнок - 90 коп.

Ранние невысокие сорта для открытого грунта и невысоких пленочных укрытий: Алиса, Алка, Аня, Баловень, Благородный принц, Изящный, Июньский, Избранник, Командор, Мечта огородника, Скороспелка, Минигольд, Рыцарь - 1,4 р., Айсберг, Альфа, Амурский штамб, Атолл, Атом, Балконное чудо, Беталюкс, Бутуз, Взрыв, Ирина СеДеК, Золотой, Оранж, Милашка, Полярник, Суб-Арктик Пленти, Янтарный, Ямал, Комик - 1,9 р., Дина, Валентина, Корона, Московский скороспелый, Огни Москвы - 2,4 р. *Среднерослые и высокорослые сорта:* Бычье сердце красное, Бычье сердце розовое, Сан Пьер, Золотая кисть, Биф, Малиновая кубышка, Малиновый гигант, Манимейкер, Черный принц - 1,9 р., Апельсин, Воловье сердце, Розовый гигант, Мидас, Озирис, Любительский розовый (рекордный плод СеДеК-2002 - 1,5 кг!) - 2,4 р.

Томаты - гибриды F_1: Аврора F_1, Боярыня F_1, Властелин степей F_1, Гелена F_1, Душечка F_1, Жар-птица F_1 (Золотая медаль Царицынской ярмарки-2004), Красно Солнышко F_1 (Золотая медаль Царицынской ярмарки - 2004), Красотка F_1, Кукла F_1 (Золотая медаль выставки "Садовод и фермер" Екатеринбург - 2004), Моя радость F_1, Пингвин F_1, Феличита F_1, Фламенко F_1, [illegible] F_1, Элтон Джон F_1 - 5 р., [illegible] F_1, Марс улучшенный F_1, [illegible] F_1, Дон Кихот F_1, Устинья F_1 - 6 р., Идальго F_1, Бумбараш F_1 Шанс F_1 - 7 р., Биатлон F_1, Батыр F_1, Венера F_1, Кёниг F_1 (Золотая медаль Царицынской ярмарки - [illegible] [illegible] F_1, Этна F_1 - 8 р., Лучший СеДеК F_1 - 10 р., Благовест F_1 - 11 р., Мастер Гарден F_1 - 12 р., Ля-ля-фа F_1 - 12,5 р., Спрут F_1 - 17 р.

ПЕРЕЦ популярные сорта советской селекции: Подарок Молдовы, Тополин, Гранатовый - 70 коп., Венти, Виктория, Здоровье - 90 коп., Винни Пух, Белозерка, Калифорнийское чудо, Ласточка, Орленок, Полет - 1,4 р., Рубиновый, Солнышко, Колобок - 1,9 р., Золотое чудо - 3 р., Галатея - 3,5 р., Аладдин, Виолетта, Жанна, Зорька (Золотая медаль "Южно-Российский фермер - 2004"), Игрок, Корвет (Золотая медаль Царицынской ярмарки - 2004), Мираж (Золотая медаль выставки "Садовод и фермер" Екатеринбург - 2004), Сладкий банан, Сувенир, Эверест - 4 р., Самородок F_1, Толстяк F_1 - 5 р., Букет Востока F_1, Олимп F_1 - 6 р., Джульетта F_1 (Золотой медалист Международной ярмарки в Хабаровске - 2005) - 7 р., Ромео, Кубок Победителю F_1, Князь Игорь F_1, Ноктюрн F_1 - 7 р., Пигмалион F_1 - 9 р.

БАКЛАЖАН популярные сорта советской селекции: Алмаз, Альбатрос, Универсал-6 - 70 коп., Астраком, Вератик - 90 коп., Лебединый, Матросик, Нижневолжский - 1,2 р

Эксклюзив, только в СеДеК. Длинный фиолетовый - 2 р., Блэк бьюти, Белая ночь Мария Сулико - 2,5 р., Есаул F_1 - 3 р., Лава F_1, Ятаган F_1 - 4 р., Буржуй F_1, Черный дракон F_1 6 р.

ФИЗАЛИС ОВОЩНОЙ. Варенье и джемы по вкусу не уступают ягодным: Кондитер - 70 коп., Королек - 90 коп

ОГУРЦЫ для открытого грунта и легких пленочных укрытий

Корнишоны

Феникс - 70 коп., Парижский корнишон, Электрон, Водолей, Конкурент - 90 коп., Монастырский, Изящный, Надежный, Засолочный - 1,2 р., Пальчик, Родничок F_1 - 1,9 р., Тополек F_1 - 5,5 р., Голубчик F_1 - 3 р., Борис F_1 (Золотая медаль Ярмарки "Южно-Российский фермер - 2003"), Денек F_1 (Золотая медаль выставки "Южно-Российский фермер - 2003"), Джин F_1 (Золотая медаль Царицынской ярмарки - 2004), МОВИР-1 F_1 - 4 р., Норд F_1 - 4,5 р., Кай F_1, Герда F_1, Бойскаут F_1, Аладдин F_1, Нина F_1, Садко F_1, Сонет F_1 - 5 р., Леандро F_1 - 6,5 р., Ангел F_1, Крак F_1, Патриарх F_1, Фортуна F_1, Цезарь F_1 - 7 р., Княжна F_1 - 8 р.

Мини-корнишоны

Микрон - 2,5 р., Мотылек F_1 (Диплом I степени Международной ярмарки в Хабаровске "Мой сад - мое богатство - 2004"), Сын полка F_1 (Золотой медалист ярмарки "Сибирский фермер - 2003"), Филиппок F_1 (Золотой медалист ярмарки "Южно-Российский фермер - 2003") - 5 р.

Партенокарпические гибриды

Консервные: Мадмуазель F_1 - 6 р., Пикник F_1, Мурашка F_1, Брейк F_1, Пыжик F_1 - 6,5 р., Виват F_1 - 7 р., Мадам F_1 (Диплом I степени Международной ярмарки в Хабаровске "Мой сад - мое богатство - 2005") - 8 р., Весна F_1 (Золотая медаль ярмарки "Сибирский фермер - 2004"), Квартет F_1 - 12 р., Веселая компания F_1 (Золотая медаль Ярмарки "Южно-Российский фермер - 2003"), Дружная семейка F_1 (Диплом III степени Международной ярмарки "Алтайская нива"), Русский стиль F_1 - 13 р., Патти F_1 - 15 р., Примадонна F_1 - 16 р., Чемпион СеДеК F_1 - 16 р., Престиж F_1 - 17 р.

Салатные: Прибыльный - 90 коп., Гурман - 1,3 р., Невеста F_1 (белый), Таис F_1, Изумрудный поток F_1 - 4 р., Весенний каприз F_1 - 5 р., Агат F_1, Атос F_1, Мустафа F_1, Топаз F_1 - 16 р., Блик F_1 - 8 р., Регата F_1 - 8 р.

КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ

Ранняя: Дитмаршер, Золотой гектар, Июньская - 70 коп., Грибовская №1 - 80 коп., Находка, Казачок F_1, Трансфер F_1 - 1,9 р., Экспресс F_1 - 2,9 р., Барокко F_1 - 3,5 р., Зефир F_1, Малышка F_1, Вспышка F_1, Взрыв F_1 - 4 р., Бэлла F_1 - 5 р., Стряпуха F_1 - 7 р.

Средняя: Брауншвейгская - 70 коп., Белорусская-455 - 80 коп., Копенгаген маркет, Подарок - 90 коп., Теща - 2 р., С-217 F_1 - 2,9 р., Залп F_1, Зося F_1, Кухарка F_1, Разносол F_1 - 4 р.

Поздняя: Амагер 611 - 70 коп., Зимовка 1474, Харьковская зимняя - 90 коп., Лангедейкер Ларес - 1,5 р., Экстра F_1 - 1,9 р., Сахарная голова - 2,5 р., Колобок F_1 - 2,9 р., Катюша F_1, Ульяна F_1 - 3,5 р.

КАПУСТА ЦВЕТНАЯ: Снежный шар - 1,5 р., Осенний гигант - 1,9 р., Роберт, Снежанна F_1 - 3,5 р.

КАПУСТА КРАСНОКОЧАННАЯ: Друмонд - 80 коп., Лангедейкер зимний, Каменная головка - 1,4 р., Боксер - 2,5 р.

БРОККОЛИ: Гном - 1,4 р.

КАПУСТА ПЕКИНСКАЯ: Гранат - 80 коп., Наина F_1 - 4 р., Оранжевое сердце F_1 - 6 р.

КАПУСТА КИТАЙСКАЯ (ПАК-ЧОЙ): Мила - 4 р.

КАПУСТА БРЮССЕЛЬСКАЯ: Санда - 80 коп.

КОЛЬРАБИ: Венская белая - 80 коп., Пикант - 3 р., Деликатесная красная - 1,4 р.

КАБАЧКИ: Белый, Макаронный, Грибовский - 1,4 р., Грэй цуккини, Касерта, Маркиза - 3 р., Нефрит F_1, Гольда F_1 - 4 р.

ПАТИССОНЫ: Диско - 1,4 р., Марров - 1,9 р., Гоша, Солнышко - 2,9 р., Родео F_1 - 5,9 р.

ТЫКВА: Арина - 1,4 р., Зимняя сладкая, Улыбка - 1,9 р., Амбар, Дынная, Миранда - 2,4 р., Амазонка, Крошка - 2,9 р., Желтая из Парижа - 3,9 р., Адажио - 5,9 р.

ЛАГЕНАРИЯ: Тайна, Секрет - 8 р.

АРБУЗ: Скороспелый сахарный - 1,5 р., Кримсон Суит, Чарльстон Грэй, Грэй Бэлл - 2,5 р., Большая Пекинская радость - 3,9 р.

ДЫНЯ: Ранняя сладкая - 1 р., Канария, Ананасная - 1,5 р., Шарлотта, Империал - 2,9 р., Сладкий ананас - 3,9 р.

МОРКОВЬ: Амстердамская, Викинг - 80 коп., Шантанэ Роял, Московская зимняя - 1,3 р., Нантская улучшенная - 1,9 р., Осенний король, Первый сбор, Перфекция, Продуко, Флаккоро - 1,9 р., Долянка, Кардинал, Крестьянка - 2,5 р., Калина F_1, Нэля F_1, Форто - 4 р.

СВЕКЛА: Детройт - 1,1 р., Красный шар улучшенный, Бордо, Двусемянная ТСХА, Кросби, Цилиндра, Египетская - 1,4 р., Донна, Идеал, Соната - 3 р., Багровый шар- 4 р., Патрик - 5 р., Мадам Ружетт F_1 - 6 р.

РЕДИС: Красный с белым кончиком, Красный великан, Ледяная сосулька - 90 коп., Красный круглый ранний, Королева рынка, Анжелика, Барон, Рубин, Сакса Корто, Силезия, Премьер, Снежная королева, Ланкет - 1,4 р., Злата, Краса, Кармен, Нота, Французский завтрак - 1,9 р., Мулатка - 2,9 р.

РЕДЬКА: Черная зимняя - 1,3 р., Мюнхенская пивная, Негритянка - 1,5 р., Агата - 1,9 р.

РЕПА: Пурпурная с белым кончиком, **БРЮКВА:** Вильма - 1,4 р.

РЕДЬКА ЛОБО: Старт - 6 р.

ДАЙКОН: Большой бык - 2,9 р.

ЛУК РЕПЧАТЫЙ: Штуттгартер ризен, Рейнсбургер - 1,3 р., Алиса, Халцедон, Красный брауншвейгский, Красный барон, Кентавр, Восторг, Кристина, Эффект, Кармен, Сенатор, Фермер, Фиеста, Супра, Барлетта - 2,4 р., Циркус F_1 - 2,9 р.

ЛУК БАТУН: Ранний, **ЛУК ПОРЕЙ:** Осенний гигант, **ЛУК ШНИТТ:** Сонет - 1,3 р.

САЛАТ: Летний золотой, Лоло росса, Мальвина - 70 коп., Скороспелый деликатес, Корона - 90 коп., Космос - 1,1 р., Бона, Сирена - 1,4 р., Ливия - 1,7 р.

КУКУРУЗА САХАРНАЯ: Ника - 1,3 р., Мадонна F_1 - 2,4 р.

КУКУРУЗА ПОПКОРН: Паломник - 1,9 р.

ГОРОХ: Азарт, Динга - 90 коп., Делиза, Метеор, Ника, Сенатор - 1,4 р., Александра, Грезы - 2,3 р.

ФАСОЛЬ кустовая овощная: Нерина, Пантера, Чародейка - 1,9 р.

Вьющаяся: Золотая шейка - 1,9 р. На зерно: Садовод - 1,9 р.

БОБЫ: Оптика - 1,9 р.

ПРЯНОВКУСОВЫЕ И ЗЕЛЕННЫЕ КУЛЬТУРЫ: Укроп: Дилл, Деликат, Зонтик; петрушка листовая: Плайн, Кудрявая; корневая - Берлинская, Титан; кориандр: Янтарь; сельдерей: Высокий (листовой), Аврора и Паскаль (черешковый), Юпитер и Яблочный (корневой); мелисса, базилик, чабер, шпинат, змееголовник, кервель, кресс-салат, мята колосистая, мята перечная, иссоп, эрука, анис, ромашка - 90 коп.

ЗЕМЛЯНИКА РЕМОНТАНТНАЯ, БЕЗУСАЯ: Али-Баба, Барон Солемахер, Белоснежка - 2 р.

КАРТОФЕЛЬ СЕМЕНАМИ лучший способ размножение здорового картофеля.

Ассоль, Императрица, Фермер, Краса, Триумф, Илона, Реванш - 3,9 р.

Наши оригинальные новинки:

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА: Ванила Айс F_1 - 3,5 р.

ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ: Китайский фонарик - 3 р., Лолита, Титан - 4 р., Аннушка F_1, Царица F_1 - 9 р., Кореновский - 3 р.

ПЕРЕЦ ОСТРЫЙ: 70613 Китайский огонь F_1 - 6 р.

ЛУК РЕПЧАТЫЙ: Агра озимый - 8 р; Фермер ранний и Фермер поздний - 4 р.

САЛАТ: Зима - 3 р.

КАПУСТА ПЕКИНСКАЯ: Сентябрина F_1, Весенний Нефрит F_1, Мисс Китая F_1, Осенняя Превосходная F_1, Осенний Нефрит F_1, Китайская Отборная F_1 - 4 р.

ПАКЧОЙ: Холодок F_1, Четыре сезона - 3 р.

АРБУЗ: Гибриды серии Пекинская радость: Пекинская радость Крестьянская F_1 - 4 р., Пекинская радость Деликатесная F_1, Пекинская радость Лежкая F_1 - 5 р., Пекинская радость Фермерская F_1, Черный Превосходный F_1, Шапка Императора F_1 - 4 р.

Арбуз в Подмосковье, Иркутске, Новосибирске!

Гибриды серии Принц: Принц Альберт F_1 - 15 р., Принц Гари F_1, Принц Вильямс F_1, Принц Чарльз F_1 - 20 р., Принц Гамлет F_1 - 22 р.

ДЫНЯ: Гибриды серии Принцесса: 81150 Принцесса Светлана F_1, Принцесса Диана F_1, Принцесса Анна F_1 - 18 р., Принцесса Мария F_1, Принцесса Елизавета F_1 - 24 р.

ОГУРЕЦ: Засолочный и консервный: Аленушка F_1, Марьюшка F_1 - 6,50 р Салатный: Пекинский вкусный F_1 - 4 р., Блондин F_1 - 5 р.

Гибриды серии Китайский устойчивый: Китайский болезнеустойчивый F_1, Китайский жароустойчивый F_1, Китайский холодоустойчивый F_1, Китайский фермерский F_1 - 4 р.

МОРКОВЬ: Китайская красавица F_1, Холидей F_1 - 4 р.

БАКЛАЖАН: Зелененький - 2,5 р., Изумрудный F_1 - 4 р., Галина F_1 - 7 р.

РЕМОНТАНТНАЯ ЗЕМЛЯНИКА: Сашенька F_1 - 15 р.

Полный ассортимент Вы можете увидеть в нашем каталоге, который высылается с каждым заказом, и на нашем сайте:

www.sedek.ru

ЗАКАЗЫ ПРИНИМАЮТСЯ:
по почте:
115522, Москва-522,
а/я 112 "ДД";
по электронной почте:
sedekagro@mtu-net.ru
(с обязательной припиской: 112 "ДД");

МИНИМАЛЬНЫЙ ЗАКАЗ НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ:
100 руб. + почтовые расходы по тел./факсу: ***(095)777-3493.*** *круглосуточно по факсу:* ***(095) 777-1874.*** *Информация по приобретению семян оптом и в розницу:* ***(095) 788-93-92.*** *В случае временного отсутствия сорта сорт заменяется на похожий по свойствам.*

www.sedek.ru
sedekagro@mtu-net.ru

ПОЛЕЗНО И МОДНО

НАЗАД В БУДУЩЕЕ

Восьмидесятые возвращаются! Песни в стиле диско опять на вершинах хит-парадов, постаревшие звезды пытаются вернуть былую популярность, наряды двадцатилетней давности не отличить от последних супермодных коллекций. Почерпнуть вдохновение в прошлом можете и вы!

Сплошная платформа возвращается! Только теперь она не такая громоздкая. "Лодочки" на невысокой изящной платформе идеально подойдут для работы или учебы. Нос обязательно должен быть слегка заостренным, а лучше закругленным.

Сапоги с голенищем "гармошкой". Вы их когда-то уже носили. Может быть, их носила ваша мама или старшая сестра. Так или иначе, теперь они опять актуальны! Наиболее эффектно смотрятся модели, выполненные из цветной замши и отделанные бахромой. **Низкий наборный каблук** обязателен! Впрочем, для дождливых дней можно приобрести такие сапоги из кожи.

Каблук-"рюмочка" уверенно потеснил все прочие виды каблуков. Это элегантное и удобное решение для каждого дня. Подберите качественные туфли, ботильоны или сапожки на "рюмочке" - и забудете про все неудобства, связанные с каблуками!

Отделка. Не только выходная, но и повседневная обувь, модная сейчас, щедро украшена. Цветы и банты, выполненные из того же или контрастного по цвету и фактуре материала, стразы, блестки, вышивка, контрастная строчка - все это уютно расположилось ниже колена.

Вас раздражает все вышеперечисленное? Вы любите простую удобную обувь, но в то же время не хотите отставать от моды? Тогда откажитесь от грубых ботинок и сапог на сплошной платформе, особенно на "тракторе" - это совсем устарело. Сильно заостренные носы, увы, тоже вышли из моды

Александра СМИРНОВА.

ЩЕНОК МОЕЙ МЕЧТЫ

Наверное, многие в детстве мечтали о щенке - смешном, неуклюжем, с длинными ушами и преданным взглядом. И если уж вам не удалось приобрести такого друга, попробуйте хотя бы вышить его портрет. Для работы вам понадобятся канва Aida 14 (55 кл. x 10 см) и мулине DMC арт. 117.

B5200 - снежно-белый;

415 - жемчужно-серый, светлый;

415 - жемчужно-серый, светлый;

414 - жемчужно-серый, темный;

3799 - мышино-серый, темный;

310 - черный;

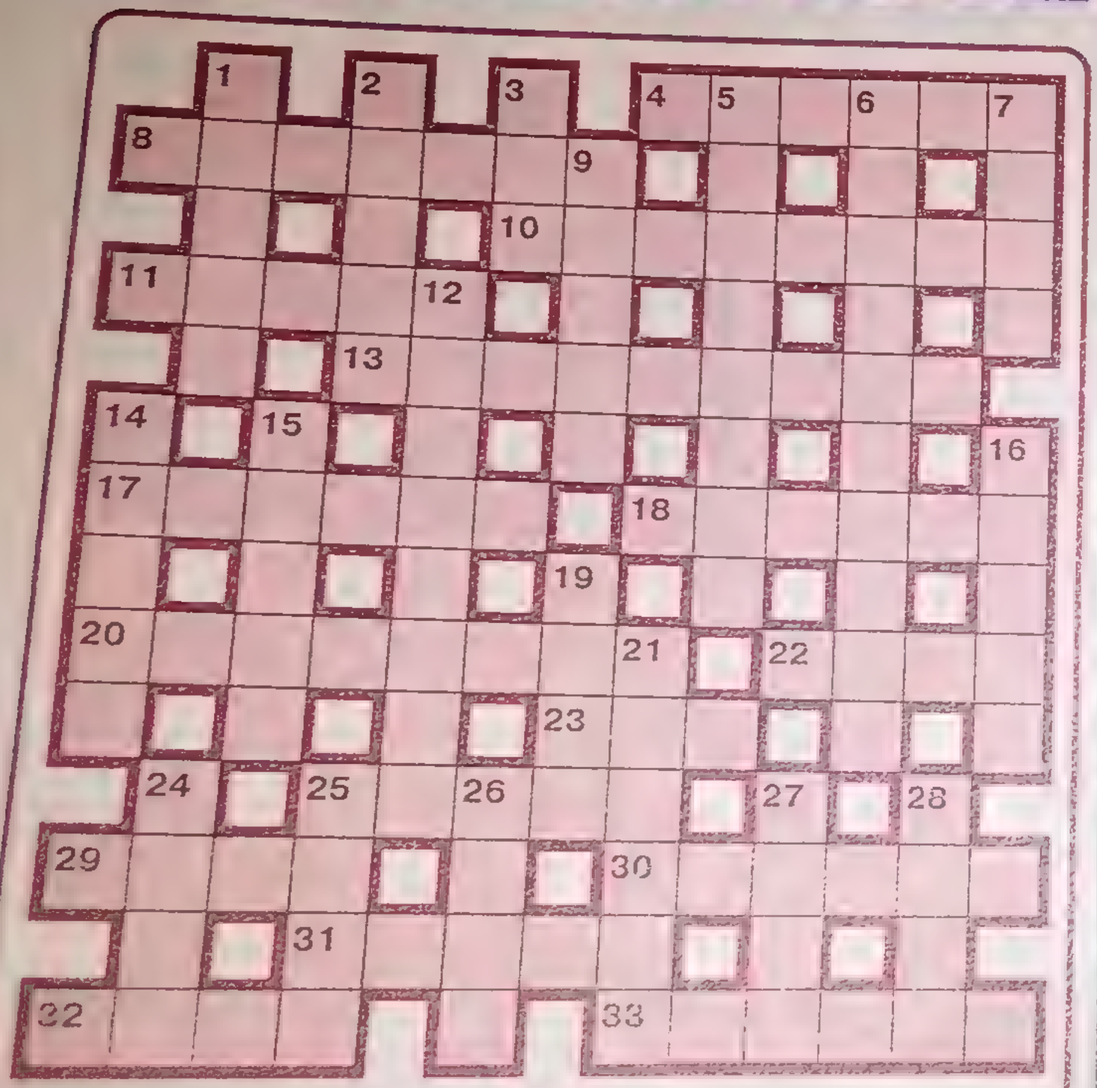
738 - коричневый, цвет ореха, самый светлый;

435 - янтарный, самый темный;

898 - коричневый темный.

Ольга ЦАПЛИНА, дизайнер.

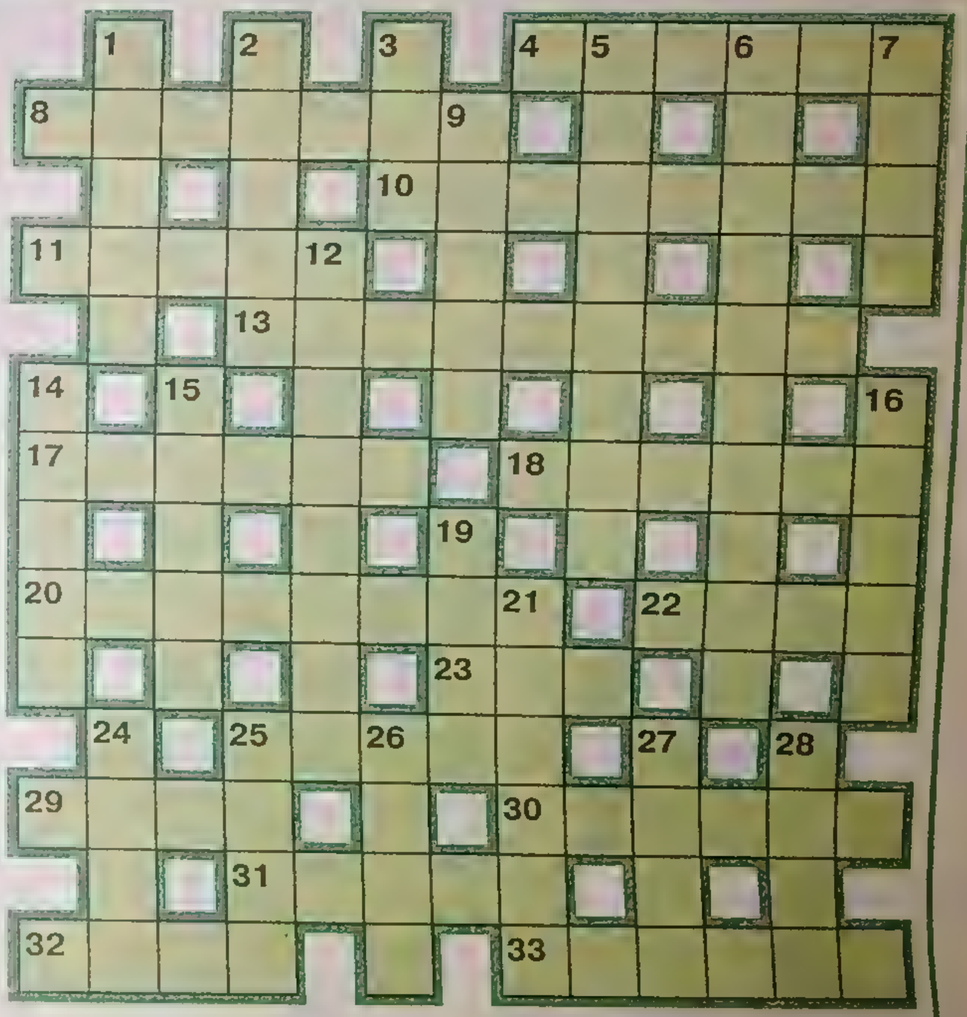
СЕМЕЙНЫЕ КРОССВОРДЫ



ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. 4. Закат расцвета. 8. Чешский композитор [illegible] фамилии. 10. Ирина, певшая в Большом [illegible] 11. Коли доброе, так и Мурке приятно. 13. Мария [illegible] из сериала "Много встречи изменить нельзя" как [illegible] 17. [illegible] от злых духов. 18. "Щедрая [illegible] 20. [illegible] прозрачная ткань. 22. Вкусовой [illegible] 25. Горшок для подопечных [illegible] галоген. 30. Популярная певица с "ландшафтной" фамилией. 31. Выход балерины. 32. Предок [illegible] 33. Гибрид кино и оперетты.

По вертикали. 1. Потенциальный янтарь. 2. Книга без пищи [illegible] для волос. 5. Неодушевленный



ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 4. Клацающий ружейный замок. 8. Устроитель "грома пушек" за сценой. 10. Единица, намотанная электросчетчиком. 11. Рассказчик анекдотов про москаля. 13. Исполнитель главной роли в фильме А. Тарковского "Андрей Рублев". 17. Манера держаться "с помощью позвоночника". 18. Бас, опустившийся ниже некуда. 20. Всякие причиндалы к токарному станку. 22. Городошная вышибала. 23. Турецкая губерния. 25. Друзья Ивана, которые пьют "всегда в такую рань такую дрянь" (из Высоцкого). 29. Корвет, на котором Чарлз Дарвин совершил кругосветное плавание. 30. Кривая сабля янычара. 31. Ион с минусом. 32. Витаминный "коллега" фрукта. 33. Адский правитель бала.

По вертикали. 1. Связка волос на затылке курсистки. 2. Цветок с буддийским ароматом. 3. Ткань для подушек. 5. Письмо, рассчитанное на "понимание", но никак не на ответ. 6. Пахота до седьмого пота. 7. Ударная четкость. 9. Движение головой в знак согласия. 12. Свойство рук без "мошенства". 14. Желание заморить червячка. 15. Стих, где в конце читают мораль. 16. Куча дел, накрывшая с головой. 19. Яковлев - Бунша, Этуш - Шпак, Пуговкин - ..... 21. Союз государств. 24. Язык до него доведет. 25. Ветровка ниже колен. 26. Тара для 10 л пива. 27. Хрустящая корочка на снегу. 28. Сладкоголосый котяра

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. [illegible] ность застежки. 4. Прием [illegible]

По вертикали. 1. Потенциальный янтарь. 2. Книга без пищи ... ума. 3. Природная краска для волос. 5. Неодушевленный посредник между продавцом и покупателем. 6. Духи от Диора. 7. Устройство с прокладкой. 9. Склад бумажной мудрости. 12. Ягода с целебным маслом. 14. Музыкальное упражнение, тестирующее соседей на выносливость. 15. Пыльца на дамский носик. 16. Вещь у бабушкиного свитера. 19. Лоб в поэтическом контексте. 21. Велосипед для парочки. 24. Открыватель замка. 25. Тот, кому следует отдать свой ужин. 26. Дочкин муженек. 27. Прозвище Патрисии Каас. 28. Винт в мясорубке.

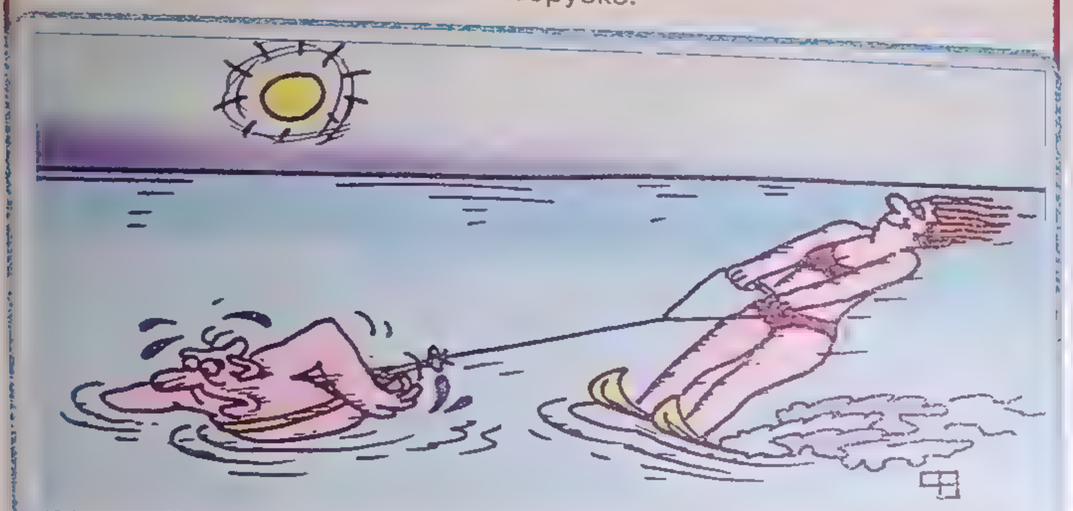
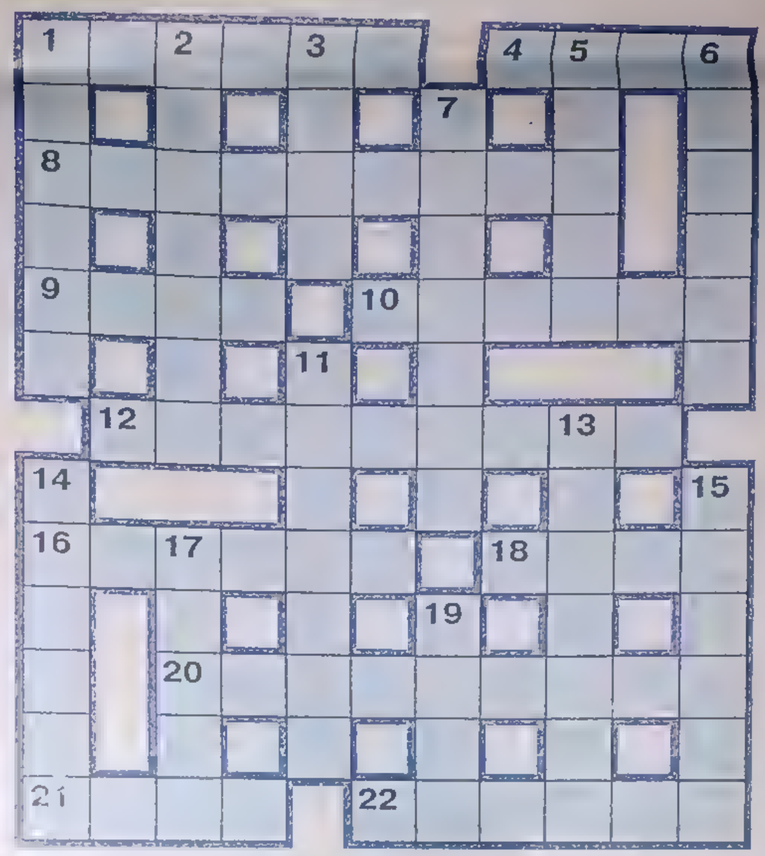


Рисунок Виктора ФЕДОРОВА.



ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. Разновидность застежки. 4. Прием в бабочках. 8. Арбузный город на Волге. 9. Крыша путнику в ненастье. 10. Джанни, придумавший говорящий лук. 12. Спорт двухметровых "растишек". 16. Украшение генеральских штанов. 18. Подружка Страшилы. 20. Ненастоящее имя писателя. 21. Знатная англичанка. 22. Игра, в которой большими клюшками бьют маленькую шайбу.

По вертикали. 1. Процесс превращения кирпичей в стену. **2.** Вилы горбуше в бок. **3.** Сокровище с пиратской карты. **5.** Самая удаленная от омеги буква. **6.** "Старение" Снегурочки. **7.** Переполненное удовольствием чувство. **11.** Студенты его сдают и пересдают. **13.** Птенец царя птиц. **14.** Спрягаемая часть речи. **15.** Африканчик-с-пальчик. **17.** Тарахтящий велосипед. **19.** Съедобная часть грецкого ореха.

Ответы на кроссворды, напечатанные в № 38

ДЛЯ ЖЕНЩИН

По горизонтали. 1. Кухня. 3. Лягушка. 8. Чехол. 9. Тире. 10. Угон. 11. Ива. 13. Июнь. 15. Каюк. 17. Азарт. 20. Мотив. 22. Тушь. 24. Гага. 25. Фри. 27. Лифт. 28. Сари. 29. Грудь. 30. Ловелас. 31. Калым.

По вертикали. 1. Кукушка. 2. Ночник. 4. Ясли. 5. Уста. 6. Арена. 7. Яхонт. 12. Виза. 14. Фрау. 16. Юмор. 18. Титр. 19. Вьетнам. 21. Фатум. 22. Тальма. 23. Мосол. 25. Филе. 26. Игла.

ДЛЯ МУЖЧИН

По горизонтали. 1. Самец. 3. Симбиоз. 8. Егерь. 9. Купе. 10. Акын. 11. Фас. 13. Ильм. 15. Иван. 17. Табор. 20. Хунта. 22. "Рено". 24. Море. 25. Опт. 27. Заяц. 28. Тавр. 29. Авеню. 30. Каналья. 31. Бегун.

По вертикали. 1. Сусанин. 2. Есенин. 4. Ильф. 5. Бокс. 6. Заезд. 7. Келья. 12. Апаш. 14. Ложе. 16. Ажур. 18. Этап. 19. Концерн. 21. Колея. 22. Резюме. 23. Каток. 25. Орда. 26. Таль.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

По горизонтали. 1. "Шкода". 4. Ранг. 8. Щупальце. 9. Куб. 10. Маскарад. 11. Ступа. 14. Стук. 16. Американец.

По вертикали. 2. Крупа. 3. Диаскоп. 5. Анекдот. 6. Грибник. 7. Фьорд. 10. Массаж. 12. Улей. 13. Азия. 14. Сказ. 15. Узел.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ РЕКЛАМЫ
(095)229-88-22

Главный редактор Сергей КИФУРЯК.
Заместитель главного редактора Варвара БОГДАНОВА.
Ответственный секретарь Ксения ДИСТЕРОВА.
Директор по рекламе Елена АСЛАНЯН.
Обозреватель Таисия ЛЕБЕДЕВА.
Компьютерная верстка Ксении ДИСТЕРОВОЙ.
Бильд-редактор Надежда ТИМОФЕЕВА.
Фотографии Михаила ВОРОБЬЕВА, Надежды ТИМОФЕЕВОЙ и ИТАР-ТАСС.
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком (К), печатаются на рекламной основе.

"Друг дома" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 229-88-22. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов несут рекламодатели. Перепечатка и иное использование материалов "ДД" без разрешения редакции запрещаются и преследуются по закону. Материалы не рецензируются и не возвращаются. В переписку с авторами редакция не вступает. Газета "Друг дома" выходит с сентября 1994 г. Регистрационный номер ПИ № 77-7202 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Подписной индекс 34199. Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59. Факс (095) 692-83-65.
E-mail: drugdoma@megcon.ru. Адрес в Интернете: http://www.harbor.ru/dd
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в типографии ОАО "Молодая гвардия", Москва, ул. Сущевская, 21
ООО "ДИЛАРКОН". Тираж 150000 экз. Заказ № 3840 Цена свободная.

Время подписания в печать по графику 6.10.2005 г. в 19.00.
Подписано в печать 6.10.2005 г. в 17.00.

ВОЛШЕБНАЯ НИТОЧКА

№1/16
Январь
2004

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ К ГАЗЕТЕ "ДРУГ ДОМА"

ШАПКА-УШАНКА И ШАРФ

Размер 57

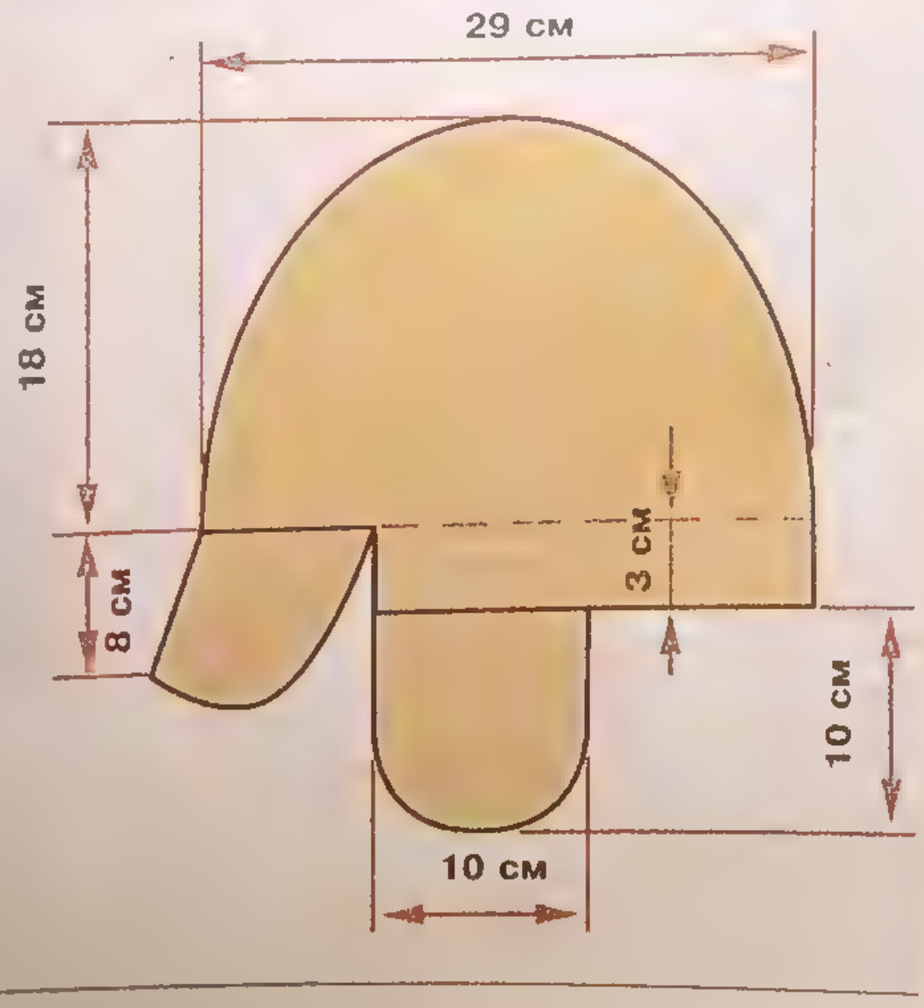
Вам потребуется: 400 г пряжи "Фантазия" в 2 сложения, крючок № 5, спицы № 6.

Шапка связана крючком, шарф - на спицах.

Плотность вязания. Для шапки 10 х 10 см = 10 столбиков х 7 рядов.

Для шарфа 10 х 10 см = 10 петель х 12 рядов.

Шапка. Вяжется с макушки. Наберите 3 воздушные петли и свяжите 12 столбиков с накидом в один прием во вторую петлю цепочки. Затем вяжите по кругу по спирали, каждый круговой ряд увеличивая количество столбиков, равномерно распределяя их между столбиками. Вяжите, пока у вас не получится ровный плоский круг (как коврик) диаметром 18 см. Затем прекратите делать прибавления и вяжите 1 столбик в одну петлю основания. Круг начнет загибаться в виде колпака. Вяжите так, пока колпак не достигнет высоты от макушки до края 18 см (лучше сделать примерку на голову). Сделайте 1 соединительный столбик и, не обрывая нити, 2 воздушные петли для подъема, поверните вязание наизнанку и вяжите столбики, не довязывая до подъемных петель 15-16 см (ширину лба). Снова поверните вязание и свяжите еще один ряд, сделайте 2 подъемные петли, поверните и свяжите 12 столбиков. Таким образом, поворачивая вязание то на лицо, то наизнанку, вяжите 12 столбиков для правого уха 4 ряда. Затем в начале и в конце ряда сократите по 1 столбику, провязывая по 2 столбика с общей вершиной - 2 ряда (для закругления уха).



Нить оборвите. Левое ухо свяжите симметрично.

Затем свяжите козырек, набирая петли из края шапки, высотой 8 см. Обвяжите шапку по краю "рачьим шагом". Сделайте шнурки для ушек.

При желании подшейте подкладку.

Шарф. Наберите 25 петель на спицы № 6 и вяжите резинкой 1 лицевая, 1 изнаночная 2,5 метра.

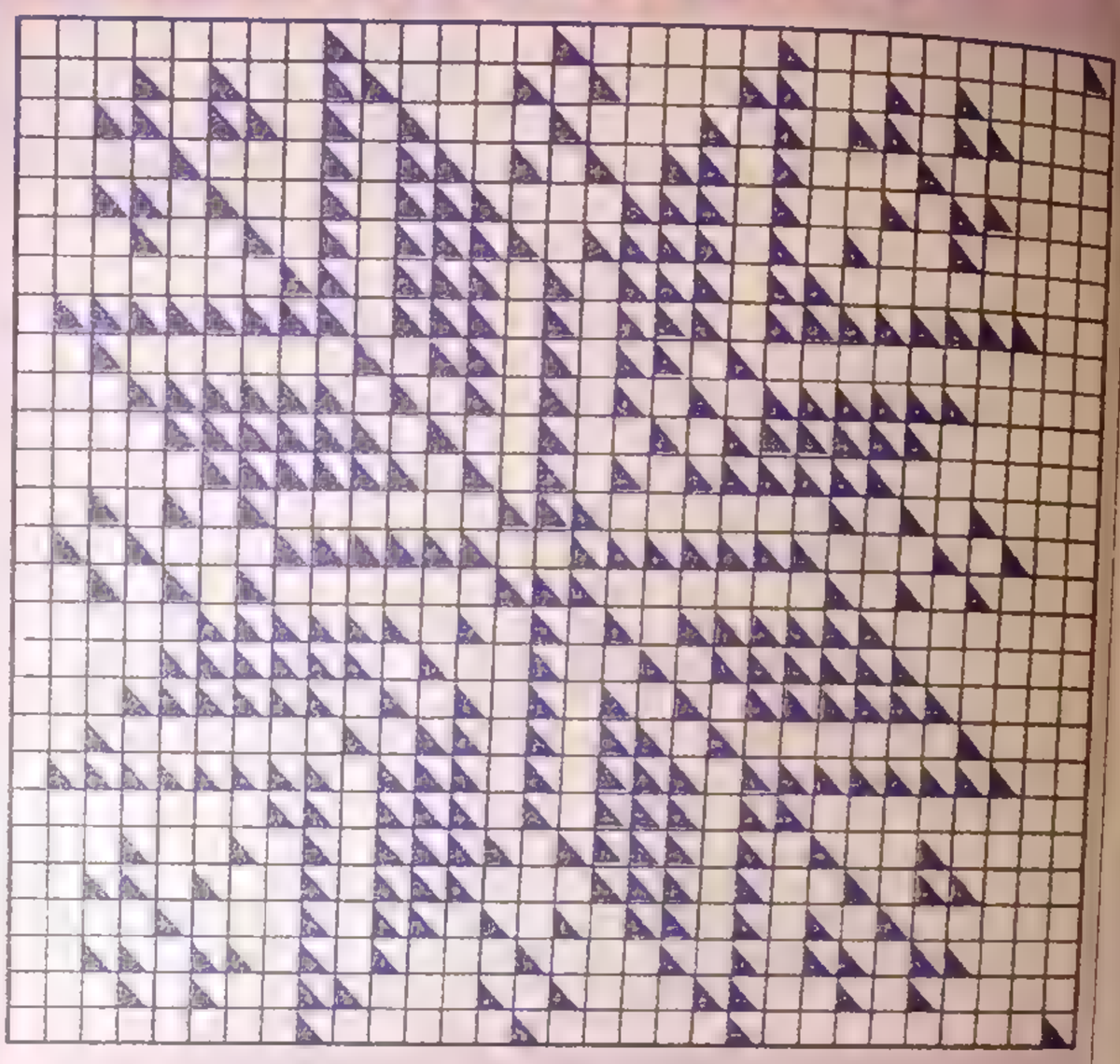
Обозначения. Столбик с накидом в один прием - сделайте накид на крючок, затем достаньте рабочую нить под петлей основания, снова захватите нить и протяните ее через все петли, находящиеся на крючке.

Людмила ОЛЕЙНИК.

Подписаться на "Волшебную ниточку"? Нет ничего проще!

Наш индекс - 15931 в Объединенном каталоге "Пресса России", том I, стр. 97.

ТЕПЛАЯ ШАПОЧКА С ЖАККАРДОВЫМ УЗОРОМ И "УШКАМИ"



Чтобы связать эту шапочку, вам понадобится: пряжа (100-процентная шерсть) - 100 г темно-синей и 50 г серой, спицы № 3, толстая игла для штопки.

Основной узор: лицевая гладь (лицевые ряды - лицевые петли, изнаночные ряды - изнаночные петли).

Плотность вязания: 20 петель х 26 рядов = 10 х 10 см.

Жаккардовый узор вяжите серой нитью лицевой гладью по схеме.

Описание работы

Наберите темно-синей нитью 92 петли и провяжите 20 см лицевой гладью (внутренняя часть шапки), 7 см резинкой 1 х 1 и 2 ряда лицевой гладью. Далее начните жаккардовый узор (3 раппорта). Закончив узор, свяжите 20 рядов лицевой гладью. Стяните незакрытые петли рабочей нитью.

Далее выполните швы и стяните верх внутренней части шапки. Сложите внутреннюю и внешнюю части. На сгибе изделия (середина резинки) непосредственно из работы на расстоянии 5 см от затылочного

шва наберите 20 петель и вяжите "ушки" платочной вязкой (лицевые и изнаночные ряды - лицевые петли), убавляя с обеих сторон в каждом лицевом ряду по 1 петле. Последние две петли, провязав вместе, закройте, оставив длинный конец рабочей нити (она понадобится для завязок). Отмерьте нить длиной в 2 раза больше рабочей нити, проденьте ее в последние 2 петли "ушка" и заплетите косичку. Конец косички завяжите.

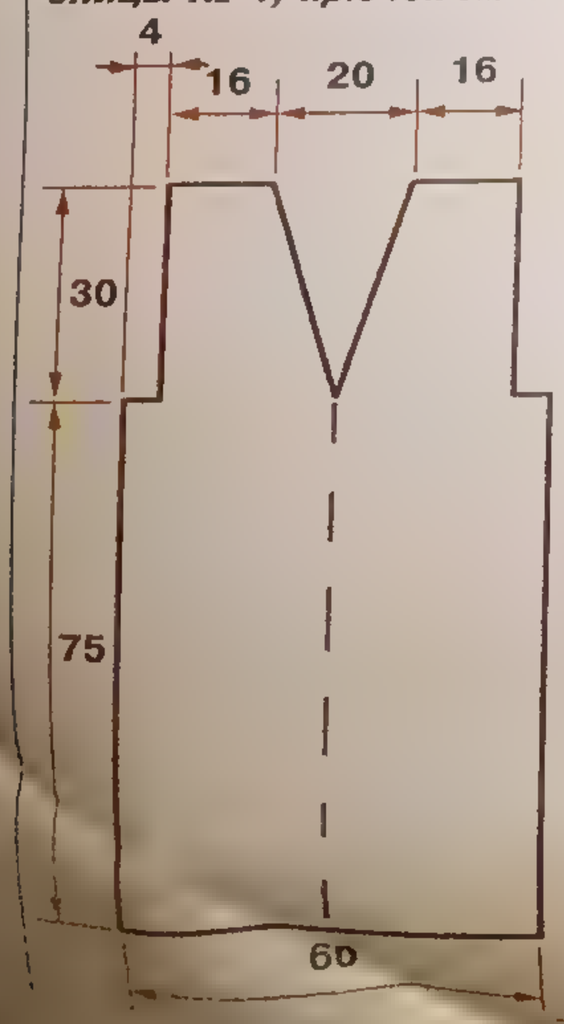
Повторите все то же самое для второго "ушка". Сделайте кисть со шнурком и пришейте к шапке.

По желанию завязки можно заменить на пуговицу и петлю, связанную крючком, а кисть - на помпон.

Екатерина ОБОДОВСКАЯ.

ДЛИННЫЙ ЖИЛЕТ (РАЗМЕР 48-50)

Вам потребуются 500 г пряжи "Виста" (хлопок - 50 процентов, вискоза - 50 процентов) в два сложения; спицы № 4, крючок № 4.



АЖУРНАЯ ТЕХНИКА

Плотность вязания 10х10 см = 18 петель х 22 ряда.

1-й ряд - кромочная, *2 петли лицевые, 1 накид, 2 вместе лицевой влево (за задние дуги)*, кромочная.

2-й ряд - кромочная, *2 петли изнаночные, 1 накид, 2 петли вместе изнаночной*, кромочная.

3-й ряд - с 1-го ряда.

СПИНКА

Наберите 110 петель на спицы № 4 и вяжите ажурное полотно высотой 75 см. Затем закройте с двух сторон по 8 петель для проймы. Вяжите еще 30 см в высоту. Закройте все петли. Внимание: петли закрывайте слабо!

ПОЛОЧКИ

Наберите 62 петли и вяжите полотно высотой 75 см. Затем закройте 8 петель для проймы. Одновременно с другой стороны начните закрывать петли для выреза горловины: в каждом 3-м ряду по одной петле - после кромочной в начале ряда вяжите 2 вместе лицевой (1-я убавка); перед кромочной в конце ряда 2 вместе изнаночной (2-я убавка). Чередовать убавки, через 30 см от начала убавлений закрыть петли плеча. При убавлении накид считать за одну петлю.

СБОРКА

Сшейте трикотажным швом плечевые линии свободно, не затягивая. Следите за совпадением дорожек полочек и спинки. Обвяжите крючком № 4 "рачьим шагом" все изделие по периметру, кроме низа. Нить для обвязки возьмите в два раза толще, то есть в 4 сложения.

Отпарьте жилет с изнаночной стороны через влажную ткань, не запаривая.

Соедините бока цепочкой из воздушных петель, начиная от проймы вниз: 4 воздушные петли сделайте от полочки, прикрепите к спинке полустолбиком, затем снова 4 воздушные петли, прикрепите к полочке на 3 см ниже и так далее. Оставьте снизу разрезы 20-25 см.

Людмила ОЛЕЙНИК.

ВОЗДУШНЫЙ АЖУР

Черный свитер (размер 46-48)

Вам потребуется: 700 г шерстяной пряжи средней толщины (не менее 250 м в 100 г) в два сложения, спицы № 5, крючок № 4.

Ажур "Ячейки" (для образца наберите 18 п., плотность вязания: 10х10 см = 14 п. х 16 рядов).

1-й ряд - лицевые петли.

2-й ряд - изнаночные петли.

3-й ряд - кромочная, *1 накид, 2 вместе лицевой с наклоном влево (за задние дуги), 2 вместе лицевой с наклоном вправо (за передние дуги), 1 накид*, кромочная. Обратите внимание, что на стыке раппорта получается двойной накид.

4-й ряд - изнаночные петли; одинарный накид вяжите изнаночной петлей, двойной накид - 1-я петля лицевая, 2-я петля изнаночная.

5-й ряд - лицевые.

6-й ряд - изнаночные.

7-й ряд - кромочная, *2 вместе вправо, 2 накида (двойной накид), 2 вместе влево*, кромочная.

8-й ряд - изнаночные петли, двойной накид вяжите - 1-я п. лицевая, 2-я п. - изнаночная.

Повтор рисунка с 1-го по 8-й ряд.

Обвязка ворота. Крючком № 4, по кругу.

1-й ряд- столбики без накида

2-й и следующие ряды - столбики с накидом в один прием.

Описание работы. Изделие цельнокроеное, без плечевых швов. Начинается с низа переда, заканчивается нижней линиеи спинки.

Наберите на спицы № 5 82 петли и свяжите 8 рядов резинкой 1 лиц., 1 изн. Затем вяжите ажуром "Ячейки" 40 см прямо. Далее сделайте прибавки петель с двух сторон одновременно и симметрично. Для этого в начале и в конце лицевого ряда делайте дополнительные накиды возле кромочных, которые постепенно включайте в рисунок. Таким образом за 24 ряда (высота скоса) наберется с каждой стороны по 24 петли.

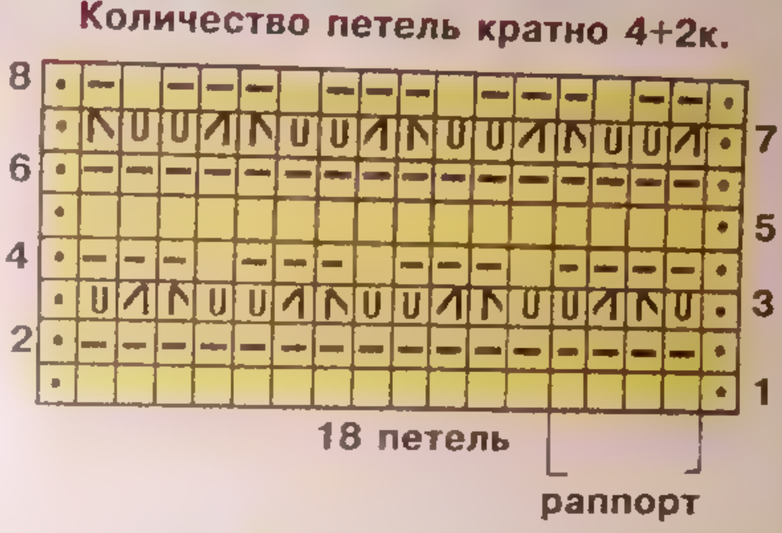
Затем сделайте прибавки для рукавов воздушными петлями: в конце лицевого ряда для правого рукава 48 петель, а в конце следующего изнаночного ряда для левого рукава также 48 петель. В результате у вас получилось со всеми прибавками 224 петли + 2 кромочные. Вяжите далее прямо до выреза горловины 15 см.

Вырез горловины представляет собой "лодку", т.е. закрытие петель по прямой линии в лицевом ряду, затем количество закрытых петель наберите в изнаночном ряду воздушными петлями. Свяжите 93 п., затем закройте 40 п., довяжите остальные 93 п. до конца ряда. Поверните работу наизнанку. Свяжите 93 п., наберите 40 п. и 93 п., свяжите до конца ряда. Далее 226 п. вяжите прямо 15 см.

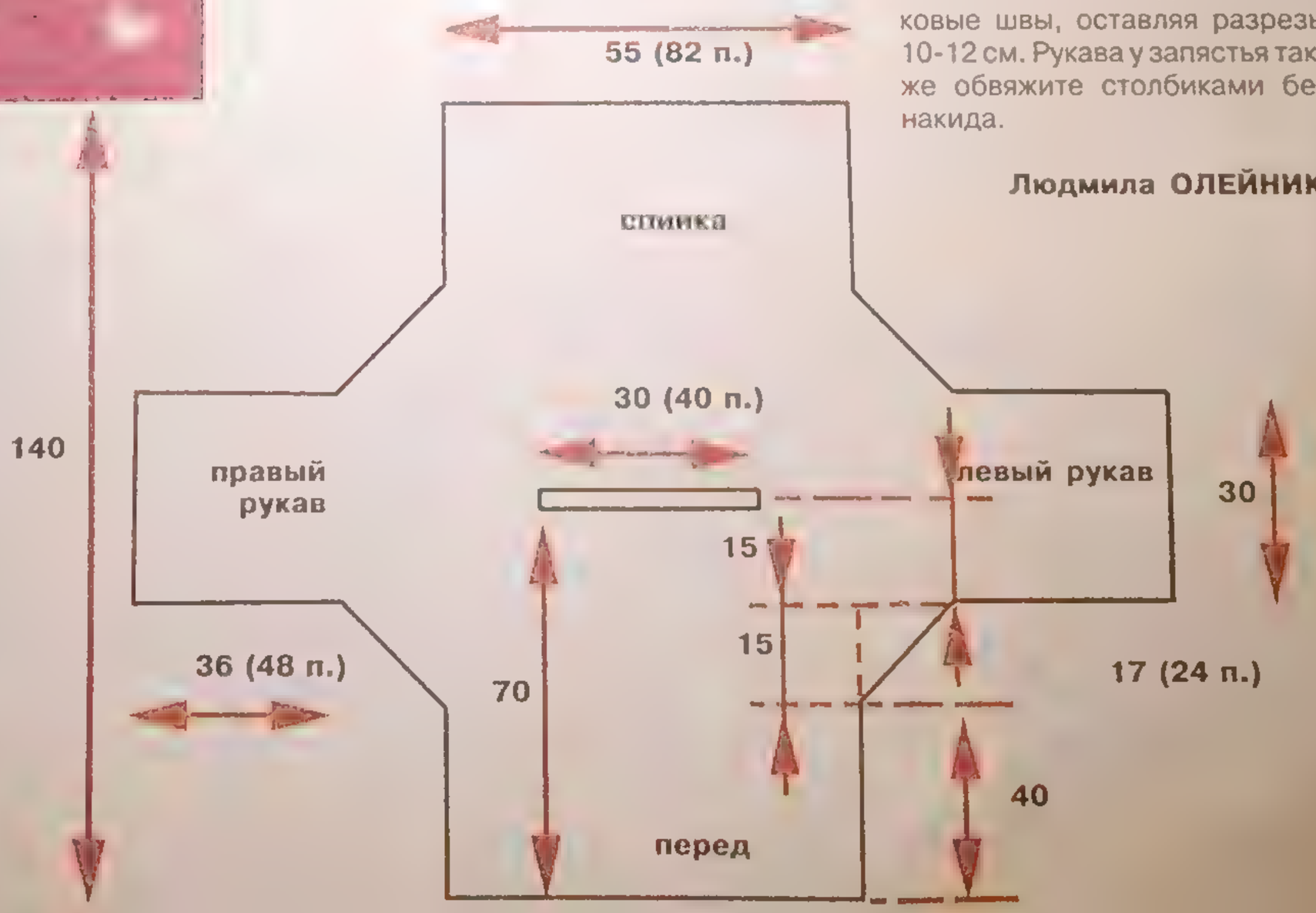
Затем закройте в начале лицевого ряда 48 п. рукава, оставшиеся петли довяжите до конца ряда и в начале изнаночного ряда закройте 48 петель, продолжите вязание до конца ряда. Затем начните убавления с двух сторон одновременно, провязывая по 2 петли вместе в начале и в конце каждого лицевого ряда. Всего по 24 п. с каждой стороны, пока не останется 82 п., которые довяжите прямо еще 40 см, свяжите последние 8 рядов резинкой 1 лиц., 1 изн. и закройте петли.

Обвяжите вырез горловины крючком, как описано выше, 6-7 см высотой. Сделайте боковые швы, оставляя разрезы 10-12 см. Рукава у запястья также обвяжите столбиками без накида.

Людмила ОЛЕЙНИК.



- кромочная
- лицевая
- изнаночная
- накид
- 2 вместе лицевой вправо
- 2 вместе лицевой влево



ОДЕЯЛО "КАРТОЧНЫЙ ТРЮК"

Вам потребуется по 2 м ткани серого, сиреневого, розового цветов (при ширине 1м); 3 м ткани бордового цвета с учетом окантовки (при ширине 1 м); 3 м голубой ткани (при ширине 1 м); 4 м 20 см ткани для изнанки одеяла; 170х220 см синтепона или ватина. Размер готового одеяла 160х200 см.

Одеяло состоит из одинаковых блоков двух расцветок. Один блок с деталями бордового и розового цветов, другой - с деталями серого и сиреневого. Вы можете подобрать другие сочетания цветов по вашему вкусу. Но учтите, что в каждом блоке светлая ткань должна сочетаться с темной, а цвет ткани фона должен быть контрастным по отношению к другим цветам изделия.

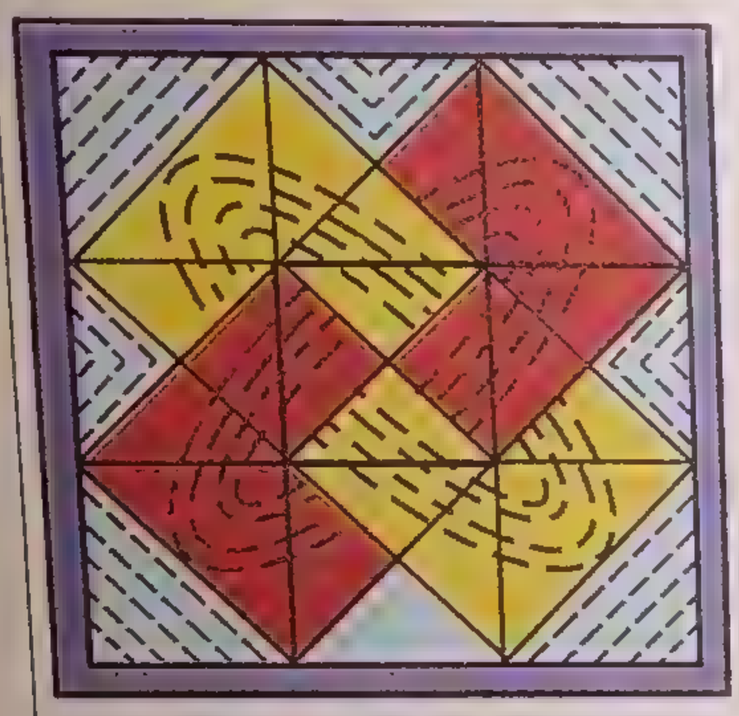


Рис. 1

Сделайте на плотной бумаге чертеж блока одеяла в натуральную величину **(рис. 1)**. По периметру прибавьте припуск на шов 0,7 см.

На одной из вертушек с помощью циркуля расчертите линии стежки. Это параллельные дуги, которые спускаются прямыми линиями к центру. Расстояние между линиями - 2 см, от крайних линий к шву - по 1 см. Изготовьте шаблоны треугольников двух размеров с катетами 10 и 14 см и шаблон для стежки. На чертеж блока наложите кальку и обведите два треугольника - большой и маленький. Начертите на кальке вокруг контуров треугольников дополнительные линии на расстоянии 0,7 см (припуск на шов равен расстоянию от иглы до края лапки швейной машинки).

Кусочек кальки с треугольником наклеиваем на картон и вырезаем по большому контуру.

Шаблоны для стежки - это пять деталей, каждая больше предыдущей на 2 см. Переводите их на кальку последовательно, помечайте расположение предыдущих линий. Наклейте на картон, вырежьте и сделайте надрезы по линиям стежки, входящим в этот шаблон. Надрезы помогут вам правильно разместить шаблоны на блоке **(рис. 2)** и более точно нанести линии стежки.

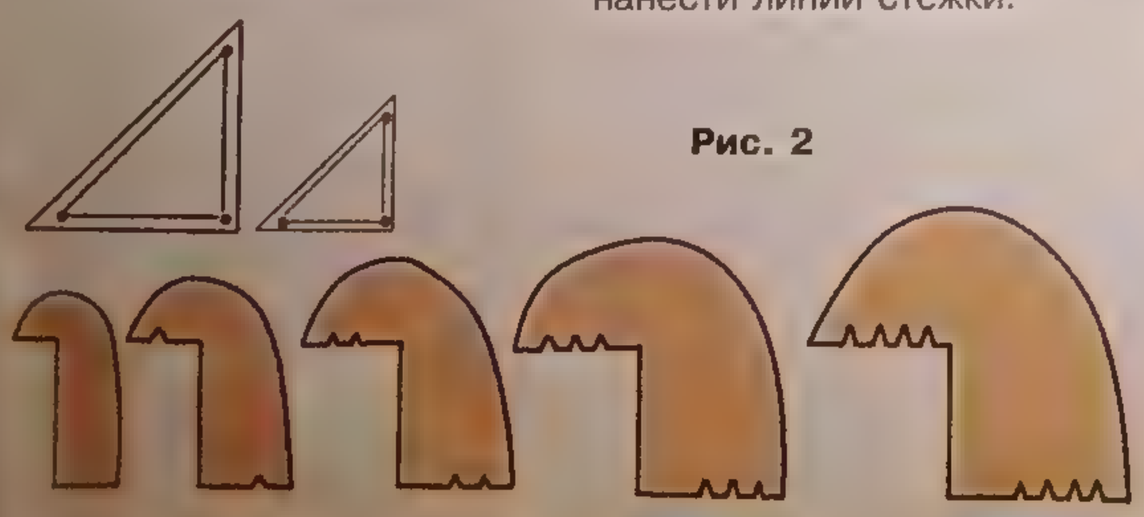


Рис. 2

РАСКРОЙ

При раскрое обращайте внимание на направление долевой нити. Размещайте шаблон треугольника одним катетом на долевую нить, вторым - на поперечную.

Вам предстоит выкроить:

48 больших треугольников голубого цвета;

48 маленьких треугольников голубого цвета;

по 24 больших треугольника серого, сиреневого, бордового, розового цветов;

по 24 маленьких треугольника серого, сиреневого, бордового, розового цветов.

Из оставшихся тканей кроятся длинные ленты по долевой нити шириной 4-4,5 см, длиной - как позволяет ткань.

Для разметки ширины лент воспользуйтесь линейкой или реечкой подходящих размеров. Для окантовки приготовьте полосу бордового цвета шириной 4,5-5 см, длиной 5 м 70 см - четыре отрезка и отложите ее до конца работы.

СБОРКА БЛОКА (рис. 3)

Разложите на столе треугольники по схеме блока. В одеяле - шесть одинаковых блоков. Для скорости и удобства разложите треугольники остальных пяти блоков сверху первого. У вас получатся стопки одинаковых треугольников по 6 штук.

Теперь вам предстоит сшить треугольники в девять квадратов, из которых, собственно, и состоит блок. Сшивайте поочередно треугольники каждой стопки. При этом вы стачиваете детали одну за другой, не обрывая нити. Прогладьте получившийся угловой квадрат и сложите на том же месте на столе.

Боковые квадраты шейте в два приема: сначала маленькие треугольники, затем после проглаживания пристрачивайте к ним по большому треугольнику. Центральный квадрат выполняется в три таких этапа.

Полученные квадраты стачивайте между собой в полоски из трех квадратов. Предварительно сколите их булавками для более точной стыковки швов.

Готовый блок надо отутюжить с изнанки, а затем с лицевой стороны.

СТЕЖКА БЛОКА

В одеяле "Карточный трюк" стежка выполняется в каждом блоке отдельно, что позволяет сделать ее очень качественно. Подбирая прокладочный материал, отдайте предпочтение более плотным видам синтепона или ватину, так как стежка выполняется без подкладки и очень рыхлый прокладочный материал в некоторых швейных машинах плохо продвигается транспортером. В затруднительных случаях используйте тонкую бумагу (газету, кальку) вместо подкладок. После окончания стежки она смачивается мокрой тряпкой и обрывается.

Раскроите синтепон или ватин по указанной схеме. На каждой детали с изнанки проставьте цветным мелом порядковый номер. С помощью шаблонов нанесите на блоки линии стежки: в центре и на фоновых треугольниках расчертите параллельные линии с интервалом 2 см. В соответствии со схемой разложите

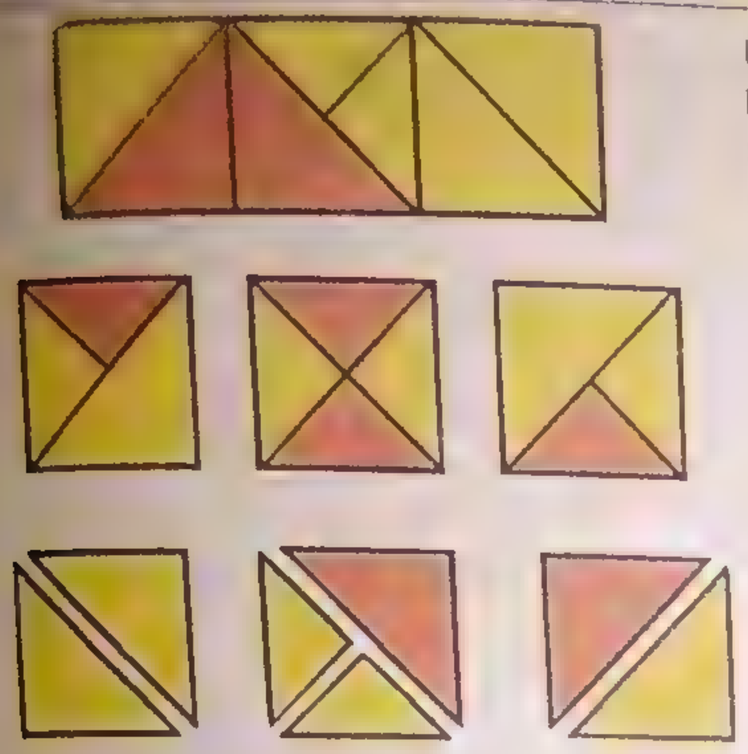


Рис. 3

блоки на синтепоне. Сколите один из блоков английскими булавками (потребуется примерно 10-12 штук). Сметайте блок с синтепоном по осевым линиям и простегивайте сначала центральную часть, затем фон. Стежки шва 3 мм. Используйте нитки в тон ткани или чуть темнее **(рис. 4)**.

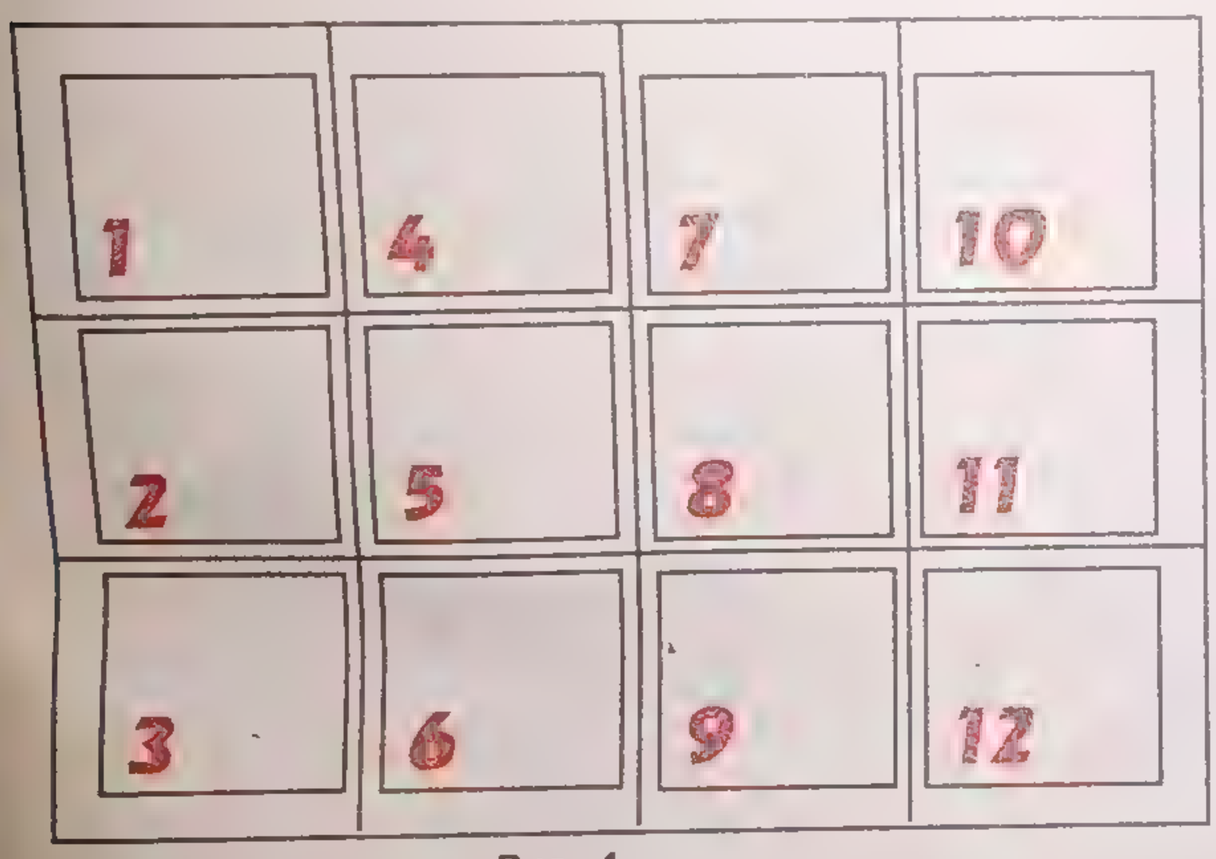


Рис. 4

После простегивания контуры блоков следует скорректировать. Наложите на блок бумажный квадрат с припусками на швы. Обведите контуры квадрата и в дальнейшем ориентируйтесь на эту линию как на контур блока.

СБОРКА КАЙМЫ И РАЗДЕЛИТЕЛЬНЫХ ПОЛОС

Ширина каймы и разделительных полос может варьироваться в зависимости от желаемого размера одеяла. В данном случае ширина разделительных полос - 5 см, с припуском на швы - 6,5 см. Кайма в изделии равна 10 см. Выкраиваем 12,5 см. Припуск на шов со стороны блоков 0,7 см, а по линии пришива окантовки примерно 1,5 см, то есть на ширину окантовки.

Сшейте заготовленные ленты по длине. Расцветки чередуйте. Швы на изнанке заутюжьте на одну сторону. Разложите полотно из лент на столе и раскроите полосы для каймы перпендикулярно швам. Точно так же нарежьте и разделительные полоски. Их длина 44 см.

СШИВАНИЕ БЛОКОВ

Блоки сшиваются с помощью разделительных полос. Разложите на полу три блока, составляющих вертикальный ряд. К одному из блоков пришейте разделительную полосу, совместив ее срез с линией на блоке. Сшивайте три слоя: полосу, ткань блока и синтепон. Откиньте и прогладьте полосу по линии пристрачивания. Другую ее сторону совместите с контуром соседнего блока, подколите булавками и пристрочите.

С изнаночной стороны синтепон от одного блока заходит на край синтепона от другого блока. Разровняйте края и ножницами разрежьте синтепон посередине. Края синтепона выпадут, а обе стороны блоков будут лежать встык друг к другу. Прошейте их вручную швом "козлик" или другим соединительным швом **(рис. 5)**.

Рис. 5

Ряды из блоков сшиваются через длинную разделительную полосу. Ее отрезки соединяйте квадратами 6,5 х 6,5 см.

Подколите полосу к контурам блоков и пристрочите, затем так же пристрочите к соседнему ряду, синтепон под разделительной полосой заложите один на один и разрежьте посредине. Срезы синтепона соедините ручным швом. Синтепон, выступающий за края блоков, также сшивайте вручную.

ПРИШИВАНИЕ КАЙМЫ И ОКАНТОВКИ

Расстелите ткань, предназначенную для изнанки одеяла, лицом вниз. В сшитом виде ее размер - 164 х 210 см. Кромка должна быть срезана.

Сверху разложите полотно из блоков, разровняйте края и складки. С помощью длинной линейки или рейки начертите мелком по всем сторонам прямые направляющие. Они понадобятся для того, чтобы пришить кайму. Подколите изнаночную ткань к одеялу по всему периметру или прометайте. Пристрочите кайму вместе с изнаночной тканью сначала к длинным сторонам одеяла, затем к коротким.

Кайма заканчивается квадратами, которые ложатся в углы одеяла. Их следует пришить заранее к коротким отрезкам каймы. Загладьте кайму на синтепон и по ее контуру обрежьте излишки синтепона и изнаночной ткани.

Пришейте окантовку по лицу, отступив от края 1,5 см. Чтобы все слои тканей не смещались под лапкой швейной машинки, подкалывайте окантовку булавками поперек шва. В процессе пристрачивания булавки вынимаются. Положите одеяло лицом вниз, оберните край полоской окантовки и заутюжьте ее срез наизнанку по всей длине. Подколите его к предыдущему шву, закрывая на 1-2 мм.

Прострочите край по лицу близко к сгибу окантовки. Если нижний подгиб местами не закрепился, подшейте его вручную.

Чтобы изнаночная ткань не провисала, скрепите ее в нескольких местах с блоками.

Лариса БАНАКИНА.

ПЕЙЗАЖИ КРЕСТИКОМ

Как вы думаете, как коротали длинные зимние вечера наши бабушки? Правильно, за пяльцами. Недаром же вышивкой украшались и скатерти, и занавески, и постельное белье. К тому же разве можно было себе представить диван без маленьких вышитых подушечек?

Сегодня это искусство не потеряло своей актуальности. Например, картины прекрасно дополнят любой интерьер. Особенно хороши работы, вышитые крестиком.

Вышивать крестом можно по специальной ткани - канве. Ее нашивают на основной материал и, считая квадратики, вышивают рисунок. Когда работа закончена, нити канвы осторожно выдергивают. Можно вышивать и по ткани с крупной ровной нитью, составляющей правильные квадраты, например по полотну.

Собственно сам крест выполняется двумя перекрещивающимися диагональными стежками. Все верхние стежки должны лежать в одном направлении. При правильном выполнении креста на изнанке должны проходить ровные прямые полосы в одном направлении - по вертикали или горизонтали. Получается это благодаря нескольким приемам.

Когда крест идет по одной ровной линии, горизонтально, то все стежки выполняются сначала в одну сторону, а затем они перекрываются стежками, идущими в противоположном направлении. Если кресты выполняются по вертикали, то, сделав один стежок снизу вверх, надо на изнанке перейти прямо вверх и, проколов иглу на лицевую сторону, выполнить косой стежок вниз налево. Затем, сделав на изнанке прямой стежок кверху, переходить к образованию третьего креста. Сложнее всего работа по диагонали, так как в некоторых случаях приходится подводить второй диагональный стежок под уже выполненный первый для того, чтобы все верхние стежки на лицевой стороне ткани лежали в одном направлении, а на изнанке шли прямыми полосами.

Двойной крест состоит из четырех перекрещивающихся стежков - двух по диагонали и двух по основе и утоку. Делают каждый крестик полностью. Сначала выполняется обыкновенный крест, затем после второго стежка иглу вкалывают в середину между двух верхних проколов, делают долевой стежок сверху вниз, а также поперечный слева направо.

Есть еще несколько видов вышивок крестом, правда, менее распространенных, чем предыдущие.

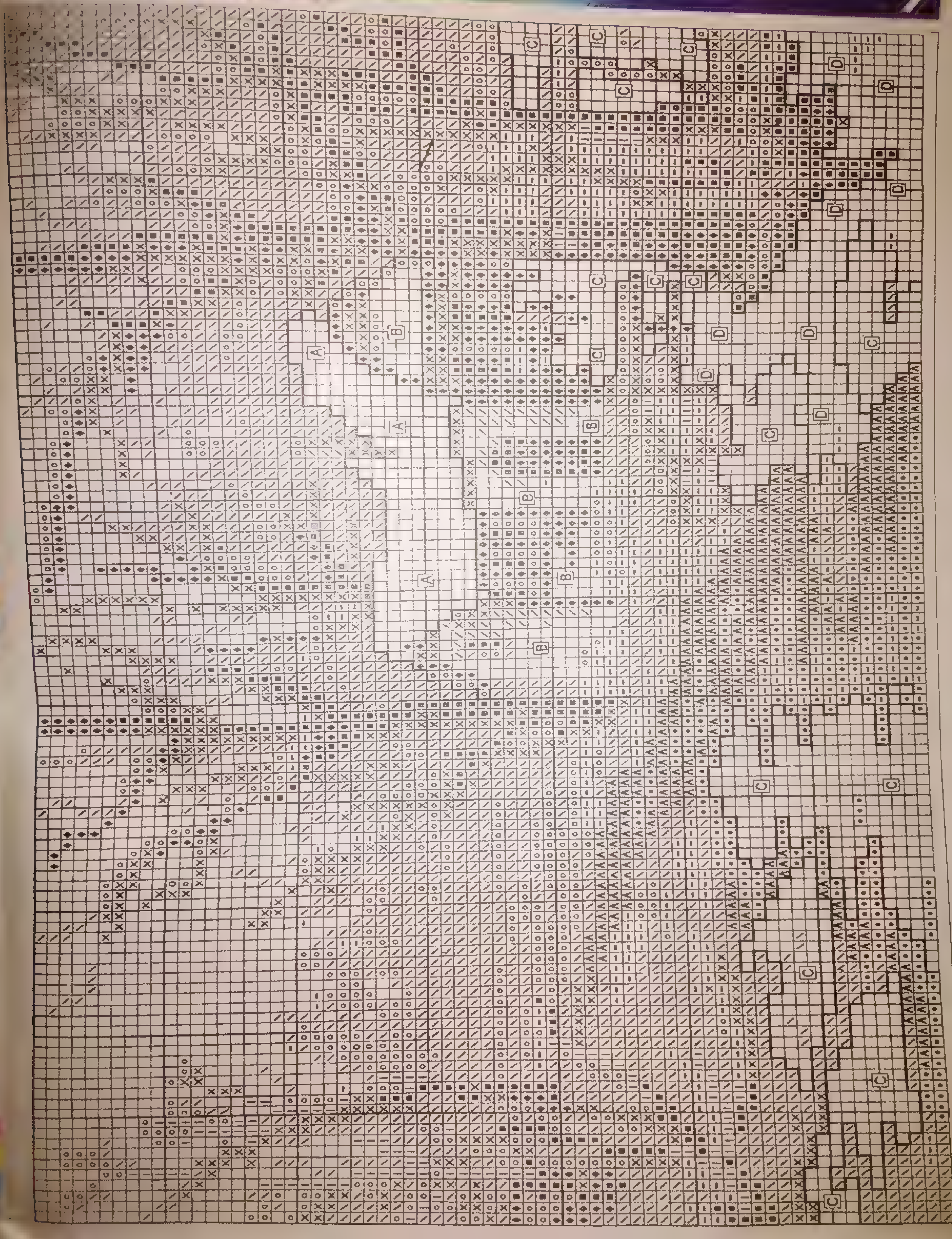
Полукрест, или роспись, представляет собой двусторонний шов, в котором лицевые и изнаночные стежки соединены в непрерывную линию. Выполняется он в два хода. Первый ход: слева направо прокладывают диагональные лицевые стежки по счету ниток. На изнанке получаются такие же по величине стежки, но наклоненные в другую сторону. Второй ход: работая в обратном направлении, заполняют промежутки между лицевыми стежками, делая проколы в места проколов первого ряда стежков.

Косичка, или прутик, вышивается ровной полосой, заполняемой перекрещивающимися стежками. Проколов ткань с изнанки на лицевую сторону, делают стежок по диагонали вверх направо, вкалывают в ткань справа налево и, выйдя на поверхность, выполняют удлиненный стежок вправо вниз. Подхватив ткань справа налево, делают следующий короткий диагональный стежок. На изнанке получаются две параллельные линии из стежков по краям полоски.

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

- С - светло-бежевый
- А О - белый
- Д \ - серый
- В | - ореховый (светло-коричневый)
- X - светло-красный
- ■ - черный
- ◆ - шоколадный
- ^ - ярко-синий
- ● - голубой
- □ / - бежевый

Валентина ЖДАНОВА.



СТАЛА ТРЯПОЧКА СОБАЧКОЙ

Дорогие мамы, заботливые тети, бабушки! Я сделала открытие... Красивые дорогие тряпочки, которыми нам предлагают протирать пыль, могут послужить совсем для иных целей! Из них получаются симпатичные веселые игрушки для любимого малыша!

Фото 1

Фото 2

Фото 3

Фото 4

Все просто. Выбираем любую тему - фруктовую, овощную. Мне, например, приглянулась живность, изображение которой оказалось доступно моему карандашу. Уточка может быть желтенькой, а поросеночек розовым. Еще нам понадобятся нитки мулине, яркая тесьма и красивые пуговки **(фото 1)**.

Теперь можно фантазировать. Делаем шаблон игрушки из плотной бумаги или картона и переснимаем на ткань **(фото 2)**. Чтобы игрушки были яркими, нужно использовать контрастные цвета ткани и ниток **(фото 3, 4)**. Готовые игрушки набейте синтепоном. Можно вырезать сразу двух собачек или поросят - салфетки-то многослойные!

Фото 5

Фото 6

Теперь, когда забавные зверята готовы, их можно подвесить к уже имеющейся вертушке **(фото 5)**. Думаю, и ваш малыш оценит новое приобретение на знакомой игрушке **(фото 6)**. Зверушек можно прицепить и к куполу детской коляски.

Ольга НОВАКОВСКАЯ.

Шеф-редактор Наталья КРАВЧЕНКО.

Сборник подготовлен по материалам газеты "Друг дома".
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком (К), печатаются на рекламной основе.
Газета "Волшебная ниточка" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 915-44-51. Ответственность за содержание и достоверность рекламы несут рекламодатели.
Перепечатка и иное использование материалов "Волшебной ниточки" без разрешения редакции запрещается и преследуется по закону. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Волшебная ниточка" выходит с октября 2002 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-12212 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59.
Факс (095) 292-83-65. E-mail: hold@com2com.ru
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в ЗАО "Красногорская типография".
Тираж 19600 экз. Заказ № 16

ВОЛШЕБНАЯ НИТОЧКА

№2/17
Февраль
2004

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ К ГАЗЕТЕ "ДРУГ ДОМА"

СЕРДЕЧНАЯ ПОДУШКА

Сегодня в наш интерьер на кресла и диваны вновь возвращаются подушки самых разнообразных форм и размеров. Ну и дорогущие же они в магазинах! Но те, кто свободно владеет крючком, могут попробовать сделать подушку в форме сердечка сами.

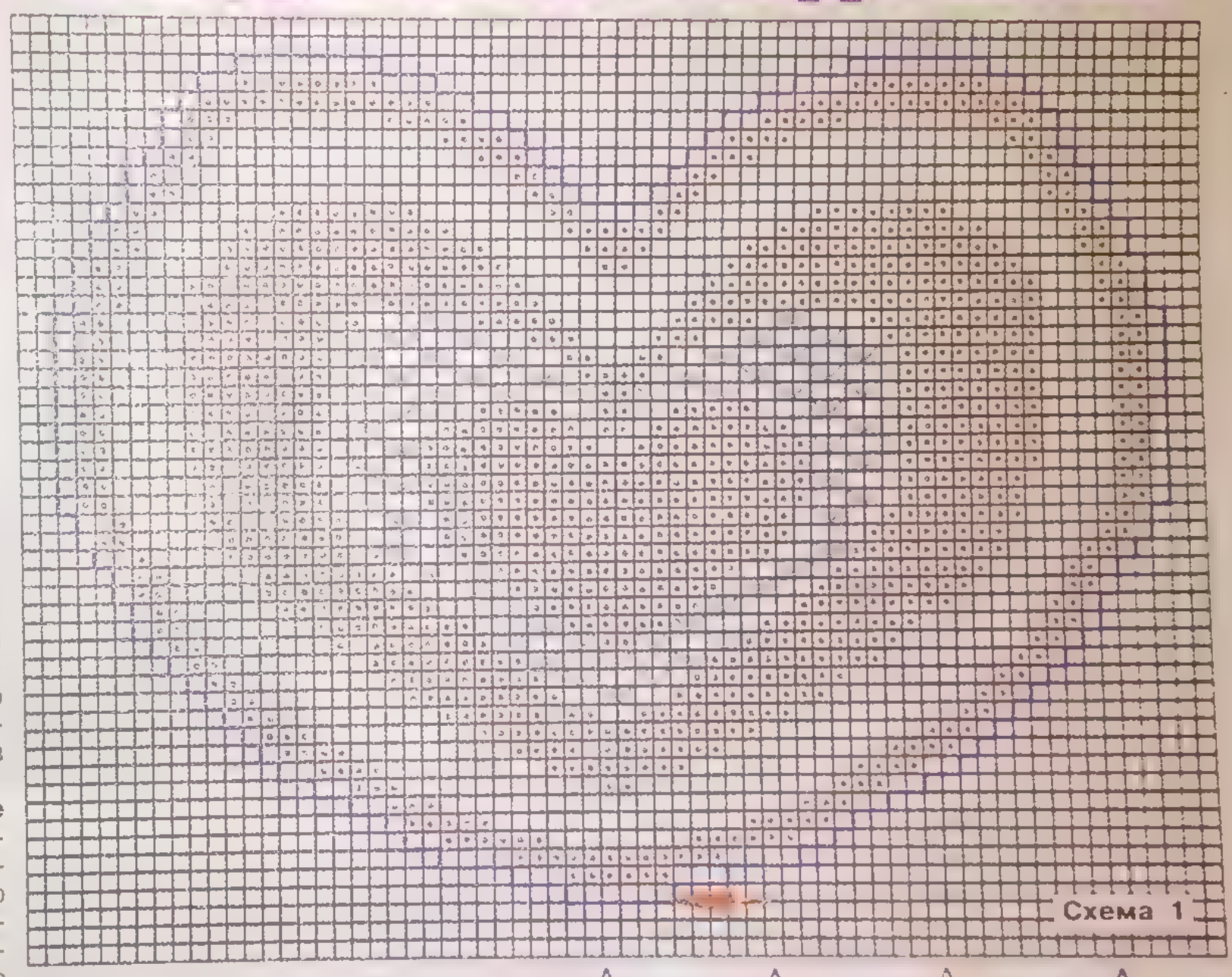


Схема 1

Наша думочка состоит из вязаного кружевного верха и тканевой основы. Ткань и нитки для вязания нужно взять контрастного цвета, чтобы лучше был виден рисунок. Кружевное сердечко вяжется по **схеме № 1**, от стрелки, в технике филейного вязания. Когда эта работа будет окончена, саму подушечку можно набить пером, тогда для нее необходимо сшить наперник из тика. Впрочем, можно использовать и синтепон, в этом случае наперник не нужен.

Для работы вам потребуется: светло-бежевые хлопчатобумажные нитки "Лилия" - 75 г; крючок № 2; два куска темно-красного плюша или бархата размером 35 х 42 см; два куска тика 33 х 40 см для пера.

Размеры: размер кружевной детали равен размеру готовой подушки - соответственно 33 см в высоту и 40 см в ширину.

Описание работы. Кружевную деталь вяжите по схеме, начиная от стрелки. Для этого необходимо набрать 19 воздушных петель + 3 воздушные петли подъема. Следующий ряд и все последующие, вплоть до 38-го включительно, вяжите, увеличивая по схеме, то есть прибавляя "пустые клетки" с одной и с другой стороны ряда. С 39-го по 46-й ряд вязание разделяется на два фестона, каждый из которых вяжется отдельно. Здесь ряды сужаются: до конца ряда их не довязывайте, по схеме. Когда закончили вывязывать второй фестон, не обрывая нити, обвяжите деталь столбиками без накида (1-й ряд обвязки). А 2-й и 3-й - ажурные ряды обвязки - свяжите по **схеме № 2.**

Схема 2

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ К СХЕМЕ № 2:

- ○ - воздушная петля;
- △ - пико (арка из 3 воздушных петель между столбиками без накида);
- | - столбик без накида;
- ⫲ - столбик с 2 накидами.

Готовое сердечко выстирайте, накрахмальте, растяните по размеру и оставьте высыхать. Тем временем подготовьте подушку-основу. Если вы решили набить думочку пером, приступите к шитью наперника из тика. Его и две детали из плюша (бархата) выкраивайте по размеру кружевной детали, прибавив по 1 см на швы, что соответствует 35 х 42 см. Сшив наперник, оставьте небольшое отверстие, выверните налицо, набейте пером. Отверстие зашивайте вручную. Затем сложите лицом к лицу две бархатные детали и прострочите, оставляя не простроченной боковую часть так, чтобы в нее потом можно было вложить готовый наперник с пером. Теперь бархатную деталь выверните налицо, вложите в нее набитую пером подушку и вручную скрытым швом зашейте отверстие. Думку осталось отстрочить по периметру на расстоянии 0,5-0,7 см от края.

Наконец, самое приятное: готовое кружевное сердечко наложите на подушку и приметайте вручную. Ваша думочка готова!

Лариса ПОПОВА.

Подписаться на "Волшебную ниточку"? Нет ничего проще!

Наш индекс - 15931
в Объединенном каталоге
"Пресса России", том I, стр. 97.

И мужу, и сыну

Вам потребуется 800 г пряжи "Березка" (100-процентная вискоза) в 3 сложения. Спицы № 4,5 и 5, крючок № 3.

Рисунок "Жгутики". Плотность вязания 10 х 10 см = 15 петель х 20 рядов.

1-й ряд - кромочная, *3 изнаночные, 2 лицевые*, 3 изнаночные, кромочная.

2-й ряд - по рисунку, то есть как смотрят петли.

3-й ряд - как 1-й.

4-й ряд - по рисунку.

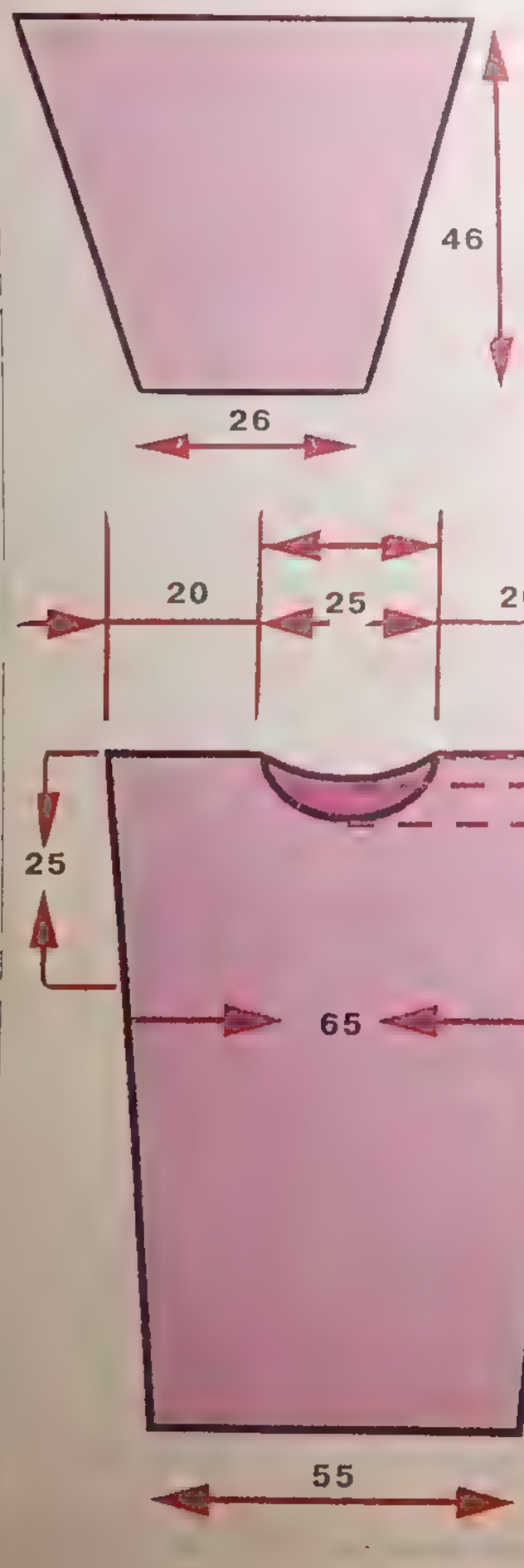
5-й ряд - кромочная, *3 изнаночные, связать сначала вторую лицевую петлю позади вязания, затем, не снимая со спицы 2 лицевые петли, связать их вместе лицевой петлей, затем сбросить с левой спицы*, 3 изнаночные, кромочная.

6-й ряд - по рисунку

Повторять с 1-го по 6-й ряд.

Перед

Наберите на спицы № 4,5 83 петли и свяжите 4 ряда резинкой (2 лицевые, 2 изнаночные), начиная и заканчивая ряд по лицу изнаночными. Затем перейдите на спицы № 5 и вяжите рисунок "Жгутики", также начиная и заканчивая ряд двумя изнаночными по лицу работы. Через 25 см от начала вязания сделайте прибавку петель для расширения полотна следующим образом: по лицу работы после каждой пары лицевых петель сделайте накиды, которые по изнанке провяжите лицевыми. Таким образом, рисунок будет выглядеть несколько иначе. У вас должно получиться 98 петель.



1-й ряд (лицевой) - кромочная, 2 изнаночные, *2 лицевые, 4 изнаночные*, 2 лицевые, 2 изнаночные, кромочная.

2-й и все изнаночные - по рисунку.

3-й ряд - как 1-й.

5-й ряд - кромочная, 2 изнаночные, *2 лицевые, которые связать, как описано выше в основном рисунке, 4 изнаночные*, 2 лицевые, 2 изнаночные, кромочная.

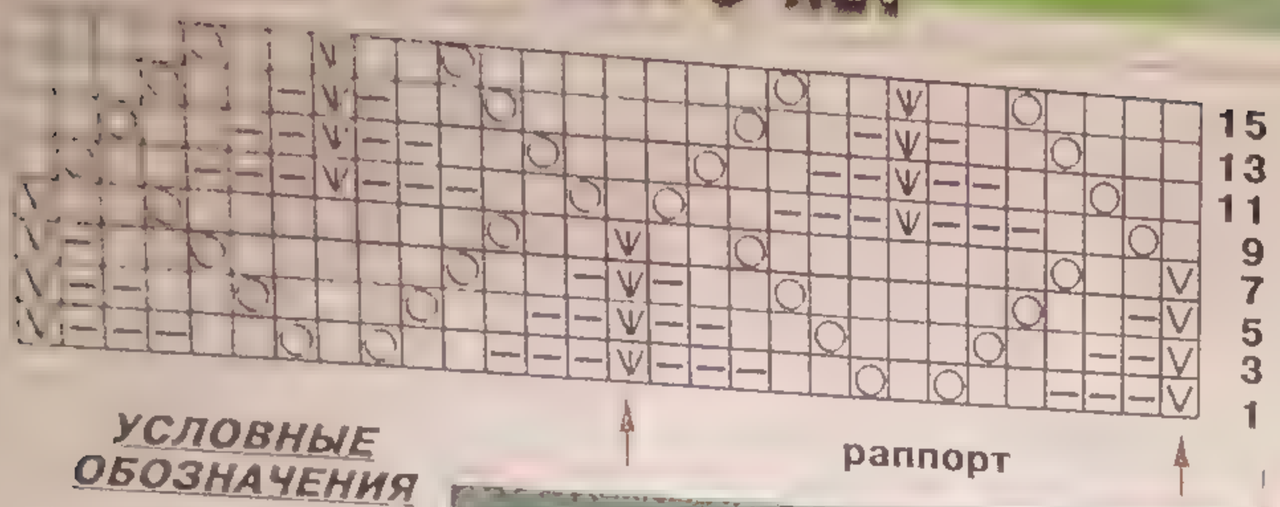
Через 57 см от начала вязания закройте по лицу работы для выреза горловины 24 петли по центру полотна. Петли левого плеча оставьте пока без внимания, а петли правого плеча довяжите, закрывая в начале каждого лицевого ряда 3 раза по 2 петли. Оставшиеся петли провяжите без убавлений до нужной высоты (см. выкройку) и закройте прямо. Затем довяжите петли левого плеча, закрывая в начале каждого изнаночного ряда 3 раза по 2 петли.

Спинка. Вяжите, как перед. Через 62 см от начала вязания сделайте выемку для выреза горловины. Закройте по центру полотна 24 петли, затем отдельно довяжите правое и левое плечо, закрывая 2 раза по 2 петли - для левого плеча в начале лицевого ряда, для правого в начале изнаночного.

Рукава. Наберите на спицы № 4,5 43 петли и вяжите 4 ряда резинкой (2 лицевые, 2 изнаночные), начиная и заканчивая ряд по лицу изнаночными. Затем перейдите на спицы № 5 и вяжите рисунок "Жгутики". Для расширения рукава прибавляйте в начале и в конце каждого 5-го ряда петли накидами возле кромочных, которые по изнанке вяжите закрытыми. Эти петли постепенно включайте в рисунок. Через 46 см от начала вязания закройте все петли прямо.

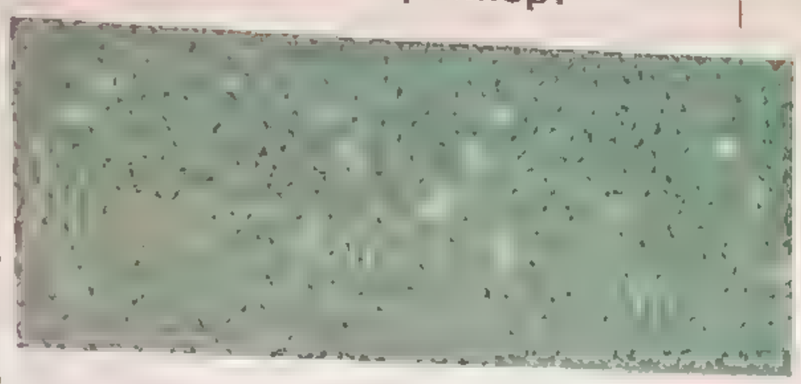
Сборка. Сшейте плечи. Наберите по вырезу горловины на круговые спицы № 5 петли и свяжите резинку (2 лицевые, 2 изнаночные) высотой 3 см, закройте. Затем возьмите крючок и провяжите тамбурную косичку на границе между полотном и резинкой. Тамбурная косичка - цепочка из воздушных петель сквозь полотно. Пришейте рукава, отметив нижнюю точку проймы. Рукава пришивайте от плечевой линии сначала в одну сторону (например, по переду), затем в другую.

В самую последнюю очередь сшейте рукав и боковые швы спинки и переда. Эти швы делайте снизу вверх (к подмышке). Выверните изделие наизнанку и уберите все нити в швы.



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

- □ - лицевая
- ⊟ - изнаночная
- ○ - накид
- Ѱ - 3 вместе изнаночной



РОМБ

Количество петель кратно 14 + 1 + 2 кромочные.

1-й ряд - кромочная, 2 вместе изнаночной, *3 изнаночные, 2 лицевые, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 2 лицевые, 3 изнаночные, 3 вместе изнаночной*, 2 вместе изнаночной вместо 3, кромочная.

2, 4, 6, 10, 12 и 14-й ряды - по рисунку.

3-й ряд - кромочная, 2 вместе изнаночной, *2 изнаночные, 2 лицевые, 1 накид, 3 лицевые, 1 накид, 2 лицевые, 2 изнаночные, 3 вместе изнаночной*, 2 вместе изнаночной, кромочная.

5-й ряд - кромочная, 2 вместе изнаночной, *1 изнаночная, 2 лицевые, 1 накид, 5 лицевых, 1 накид, 2 лицевые, 1 изнаночная, 3 вместе изнаночной*, 2 вместе изнаночной, кромочная.

7-й ряд - кромочная, 2 вместе изнаночной, *2 лицевые, 1 накид, 7 лицевых, 1 накид, 2 лицевые, 3 вместе изнаночной*, 2 вместе изнаночной, кромочная.

8-й и 16-й ряды - изнаночные.

9-й ряд - кромочная,1 лицевая, *1 накид, 2 лицевые, 2 изнаночные, 3 вместе изнаночной, 3 изнаночные, 2 лицевые, 1 накид, 1 лицевая*, кромочная.

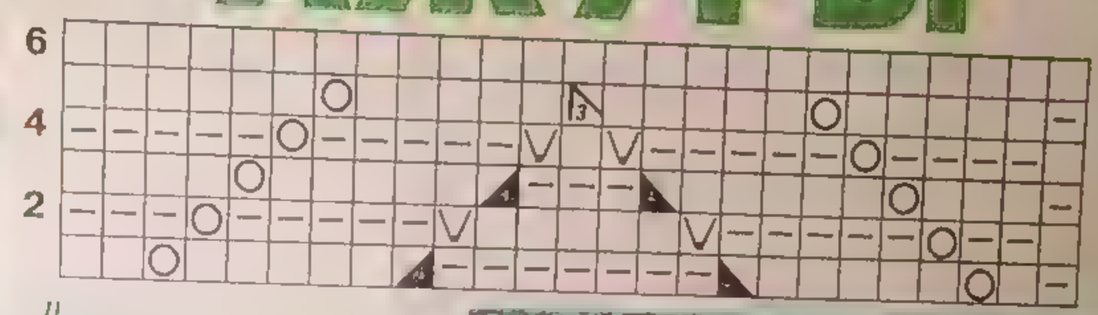
11-й ряд - кромочная, 2 лицевые, *1 накид, 2 лицевые, 2 изнаночные, 3 вместе изнаночной, 2 изнаночные, 2 лицевые, 1 накид, 3 лицевые*, 2 лицевые, кромочная.

13-й ряд - кромочная, 3 лицевые, *1 накид, 2 лицевые, 1 изнаночная, 3 вместе изнаночной, 1 изнаночная, 2 лицевые, 1 накид, 5 лицевых*, 3 лицевые, кромочная.

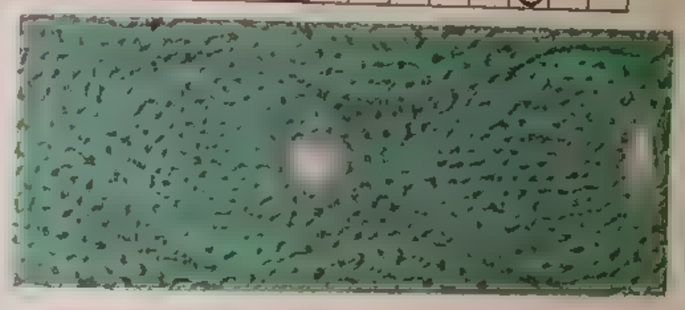
15-й ряд - кромочная, 4 лицевые, *1 накид, 2 лицевые, 3 вместе изнаночной, 2 лицевые, 1 накид, 7 лицевых*, 4 лицевые, кромочная.

17-й ряд - с 1-го ряда.

ЗЕЛЕНЫЕ АЖУРЫ



"ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ"



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

- □ - лицевая
- ○ - накид
- ◣ - 2 вместе лицевой влево
- ◢ - 2 вместе лицевой вправо
- V - 2 вместе изнаночной
- ⩚ - 3 вместе лицевой влево
- ⊟ - изнаночная

Количество петель кратно 25 + 2.

1-й ряд - кромочная, *1 изнаночная, 1 лицевая, 1 накид, 5 лицевых, 2 вместе лицевой влево, 7 изнаночных, 2 вместе вправо, 5 лицевых, 1 накид, 2 лицевые*, кромочная.

2-й ряд - 1 кромочная, *3 изнаночные, 1 накид, 5 изнаночных, 2 вместе изнаночной, 5 лицевых, 2 вместе изнаночной, захватив их сзади, 5 изнаночных, 1 накид, 2 изнаночные, 1 лицевая*, кромочная.

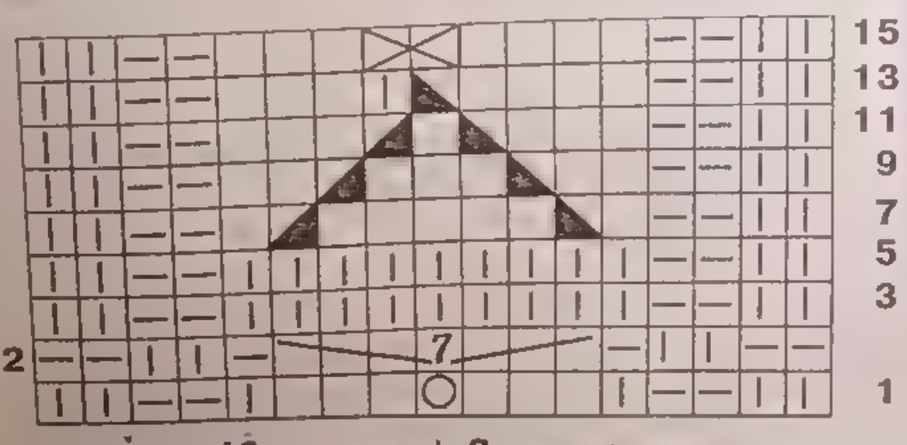
3-й ряд - кромочная, *1 изнаночная, 3 лицевые, 1 накид, 5 лицевых, 2 вместе лицевой влево, 3 изнаночные, 2 вместе лицевой вправо, 5 лицевых, 1 накид, 4 лицевые*, кромочная.

4-й ряд - кромочная, *5 изнаночных, 1 накид, 5 изнаночных, 2 вместе изнаночной, 1 лицевая, 2 вместе изнаночной сзади, 5 изнаночных, 1 накид, 4 изнаночные, 1 лицевая*, кромочная.

5-й ряд - кромочная, *1 изнаночная, 5 лицевых, 1 накид, 5 лицевых, 3 вместе лицевой влево, 5 лицевых, 1 накид, 6 лицевых*, кромочная.

6-й ряд - по рисунку, накиды вязать изнаночными.

7-й ряд - с 1-го ряда.

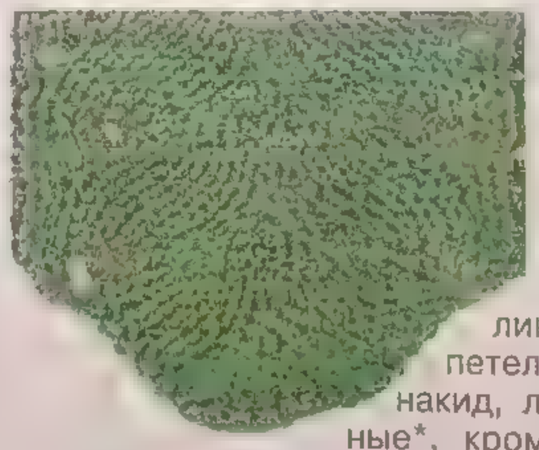


10 петель + 2 кромочные

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

- ⊟ - изнаночная
- ○ - накид
- □ - лицевая
- 7 - из одной петли связать 7: 1 лицевая, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 1 лицевая, 1 накид, 1 лицевая
- ◢ - 2 вместе вправо
- ◣ - 2 вместе влево
- ⋈ - 2 петли поменять местами и связать их лицевыми

Пустые клетки - нет петель



"ЛИСТЬЯ"

Количество петель кратно 8 + 2 + 2 кромочные.

1-й ряд - кромочная, *2 лицевые, 2 изнаночные, 1 лицевая, 1 накид, 1 лицевая, 2 изнаночные, 2 лицевые*, кромочная.

2-й ряд - кромочная, *2 изнаночные, 2 лицевые, 1 изнаночная, из накида вывязать 7 петель: лицевая, накид, лицевая, накид, лицевая, 1 изнаночная, 2 лицевые, 2 изнаночные*, кромочная.

3-й и 5-й ряды - кромочная, *2 лицевые, 2 изнаночные, 9 лицевых, 2 изнаночные, 2 лицевые*, кромочная.

4, 6, 8, 10, 12, 14, 16-й ряды - по рисунку (петли, провязанные в предыдущем ряду, снимать, нить перед работой).

7-й ряд - кромочная, *2 лицевые, 2 изнаночные, 2 вместе лицевой влево, 5 изнаночных, 2 вместе лицевой вправо, 2 изнаночные, 2 лицевые*, кромочная.

9-й ряд - кромочная, *2 лицевые, 2 изнаночные, 2 вместе лицевой влево, 3 лицевые, 2 вместе лицевой вправо, 2 изнаночные, 2 лицевые*, кромочная.

11-й ряд - кромочная, *2 лицевые, 2 изнаночные, 2 вместе лицевой влево, 1 лицевая, 2 вместе лицевой вправо, 2 изнаночные, 2 лицевые*, кромочная.

13-й ряд - кромочная, *2 лицевые, 2 изнаночные, 2 вместе лицевой влево, 1 лицевая, 2 изнаночные, 2 лицевые*, кромочная.

15-й ряд - кромочная, *2 лицевые, 2 изнаночные, следующие 2 петли поменять местами и провязать их лицевой, 2 изнаночные, 2 лицевые*, кромочная.

17-й ряд - с 1-го ряда.

Подготовила Людмила ОЛЕЙНИК.

КЛЕНОВЫЙ ДОЖДЬ

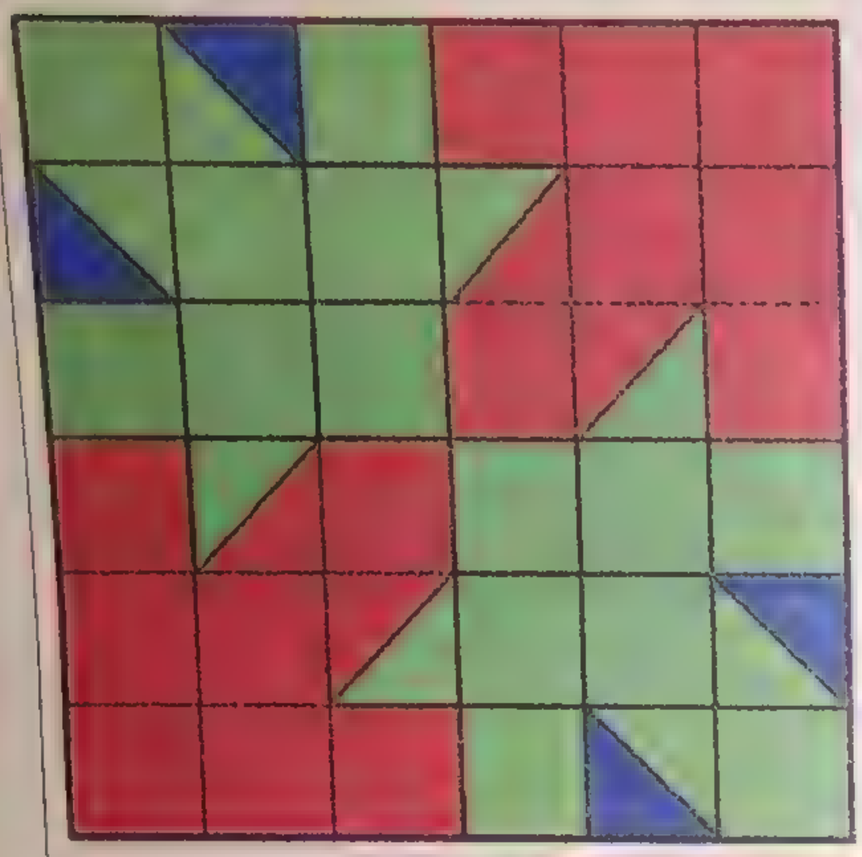


Рисунок 1

СБОРКА НА ОСНОВУ. ФИКСИРУЮЩИЙ ШОВ

Орнаменты с использованием треугольников в шитье из лоскутков занимают особое место. При внешней простоте они образуют композиции и легко сочетаются с другими геометрическими фигурами, особенно с квадратами. Излюбленным мотивом для таких лоскутных изделий являются кленовые листья. **Это покрывало** из переплетающихся листьев собрано из 81 квадратного блока. Листья так эффектно вливаются друг в друга, что трудно определить границы блоков

Используйте приемы, описанные здесь, в тех случаях когда есть необходимость сделать что-то необъемное, тонкое и с минимальными затратами времени. Способ сборки на основу позволяет прочно приклеплять детали, и поэтому изделие очень практично. **Этим способом можно выполнить не только покрывало, но и другие изделия, например накидки на кресла, скатерть, ковер на стену, жилет, сумку** и так далее Кроме крепления деталей на основе изделие прошивается фиксирующим швом к подкладке, поэтому его можно интенсивно использовать

Безусловно эту работу можно выполнить и со стежки, она станет очень рельефной Хотите изделие простегивать, сшивайте все детали лицевой стороны в той же последовательности, но без основы.

Фото 1

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ РАБОТЫ

В качестве основы используйте тонкую хлопчатобумажную ткань, светлую, без рисунка, флизелин или тонкую фланель, также светлую, без рисунка. К фланели очень хорошо прилегают ткани. Ткань для основы стирают и слегка подкрахмаливают. Фланель крахмалить не нужно, только смочить для усадки

Для сборки лицевого полотна используйте пестрые ситцы, сатины, бязь и другие хлопчатобумажные ткани. Для каймы приготовьте однотонную темную ткань, ее лучше выкраивать по долевой, поэтому количество ткани будет зависеть от размеров вашего изделия. Для изнанки также используйте хлопчатобумажную ткань размером, равным размеру изделия плюс от 2 до 4 см на свободу при выполнении фиксирующего шва.

РИСУНОК

Начинать работу следует с рисунка на бумаге в клетку. На фото квадрат-блок имеет стороны 21 см, но размер может быть и меньшим. Изменить размер блока можно, подбирая цифру, кратную 3. Например, 18, 15, 12. Блоки со сторонами более 21 см лучше простегивать во избежание провисания тканей. Определитесь, какого размера блок больше подойдет в вашем случае и, отталкиваясь от размеров изделия, начертите нужное количество квадратов-блоков. Один квадрат-блок занимает 9 клеток (или в два раза больше). Затем в каждом квадрате нужно нарисовать листья. Обратите внимание, что два из них лежат навстречу друг другу, а два других - наоборот **(рисунок 1, фото 1)**. Все листья нужно раскрасить цветными карандашами или фломастерами. Каждый цвет приблизительно соответствует расцветке ткани, из

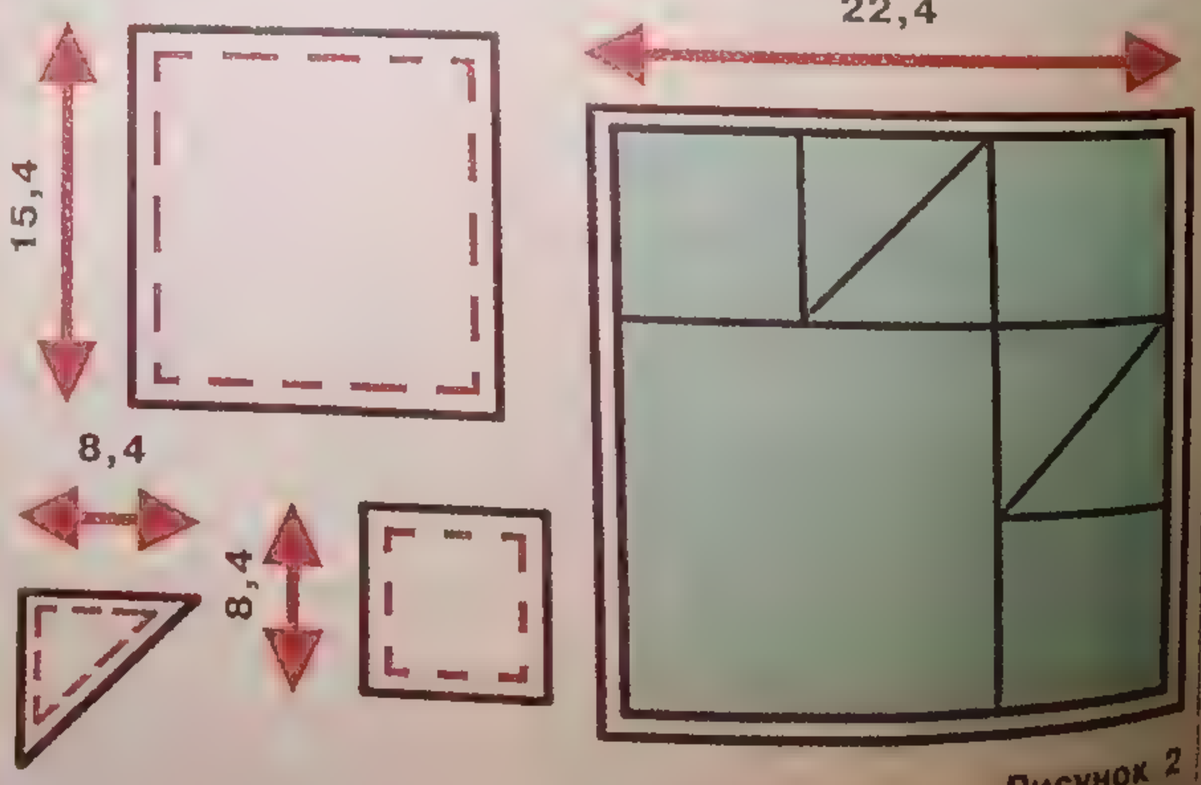


Рисунок 2

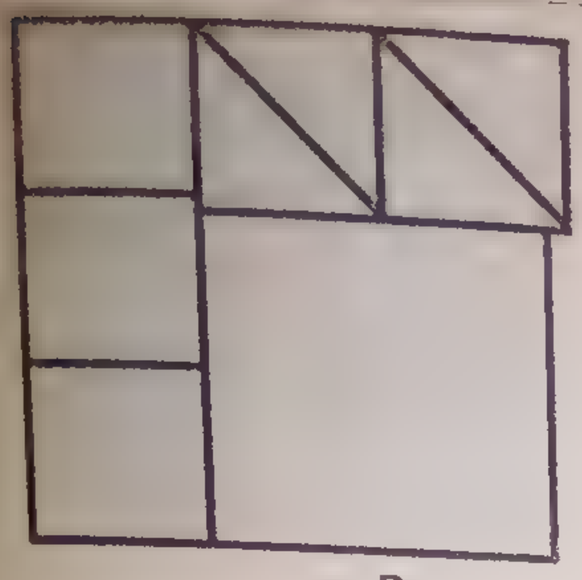


Рисунок 3

которой планируется сшить листья.

ЭСКИЗ-КОЛЛАЖ

Очень облегчает работу по подбору тканей эскиз-коллаж, который я рекомендую выполнить также на бумаге в клетку. Повторяя рисунок, на другом листе бумаги в клетку наклеивайте маленькие треугольники и квадраты из ткани. Детали укладывайте встык друг к другу. Чтобы было удобно выкроить эти маленькие детали, небольшие кусочки ткани наклейте на бумагу в клетку клеем ПВА. Когда подсохнет, прогладьте утюгом. Вырезайте со стороны бумаги по клеточкам без расчерчивания.

Такой эскиз из тканей дает хоть и не полный, но все же близкий к задуманному цветовой подбор. На эскизе легко заменить один цвет на другой, более подходящий, наклеив другую ткань сверху.

РАСЧЕТ РАСХОДА ТКАНЕЙ, РАСКРОЙ

По эскизу-коллажу или рисунку делается расчет расхода тканей, используемых в работе.

Каждый блок состоит из большого квадрата, трех маленьких квадратов и четырех треугольников. Большой квадрат со сторонами 14 см + припуски 1,4 см = 15,4 см; маленькие квадраты со сторонами 7 см + припуски 1,4 см = 8,4 см; треугольники с катетами 7 см + припуски 1,4 см = 8,4 см **(рисунок 2)**. Для всех одинаковых деталей нужно сделать шаблоны с припусками на швы с каждой стороны (0,7 см). Листья на полотне могут быть все разного цвета или вы можете равномерно распределить несколько расцветок. Сосчитайте количество блоков одного цвета. При экономном расположении деталей **(рисунок 3)** для одного блока потребуется лоскут размером 30 х 26 см. Если лоскутки у вас имеют другую форму или их несколько, прикладывая шаблоны, проверьте, хватит ли материала. Стороны квадратов и катеты треугольников укладывайте по долевой и поперечной нитям. При покупке тканей ориентируйтесь на ширину и количество блоков одного цвета, цифры округляйте в большую сторону.

Треугольники удобно выкраивать квадратами, а затем

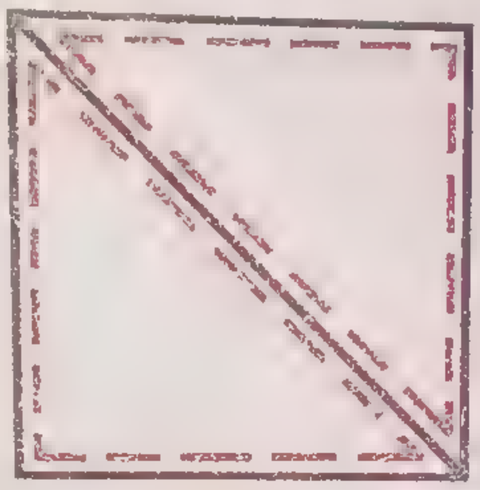


Рисунок 4

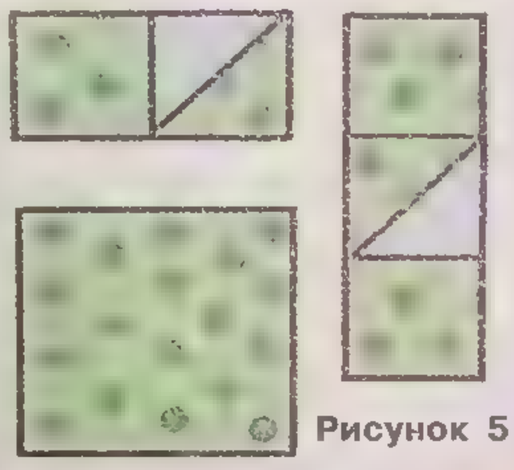


Рисунок 5

разрезать по диагонали. Шаблон для такого квадрата сделайте отдельно, в него входят два треугольника с припусками на швы **(рисунок 4)**.

По эскизу нетрудно рассчитать и необходимое количество ткани для каймы, прибавьте к рисунку припуски на шов и подгибку на изнаночную сторону. Ширина каймы в готовом изделии - от 5 до 10 см. Выкраивают кайму по долевой нити.

СБОРКА БЛОКОВ

Детали блоков разложите на столе по эскизу. Если изделие большое, разложите его часть. В процессе работы, сшивая детали, опять укладывайте их на соответствующие места. Расположение листьев сверяйте по эскизу постоянно, неправильно пришитая деталь исказит рисунок.

Сначала сшейте треугольники двух цветов в квадраты. К этим квадратам пришейте цельные квадраты. Затем соберите другую, более длинную, полоску из двух треугольников и двух квадратов по краям **(рисунок 5)**. Хорошо отутюжьте прямоугольники по изнанке, затем по лицу.

Ткань для основы выкроите по размерам блока плюс припуски на швы с четырех сторон. В данном случае 22,4 х 22,4 см. На угол основы положите деталь большого квадрата лицом к себе. На одну из сторон этого квадрата наложите короткий прямоугольник из треугольников и квадратов изнанкой к себе и пристрочите, одновременно прошивая две цветные детали и ткань основы. Прямоугольную деталь откиньте, прогладьте и к другой стороне также пришейте более длинную полосу. Хорошо прогладьте - блок готов! В такой последовательности выполняйте все блоки, внимательно следуя эскизу, так как цвет близлежащих листьев входит в блок-"лист".

Сшитые блоки собираются в ряды. При сборке рядов

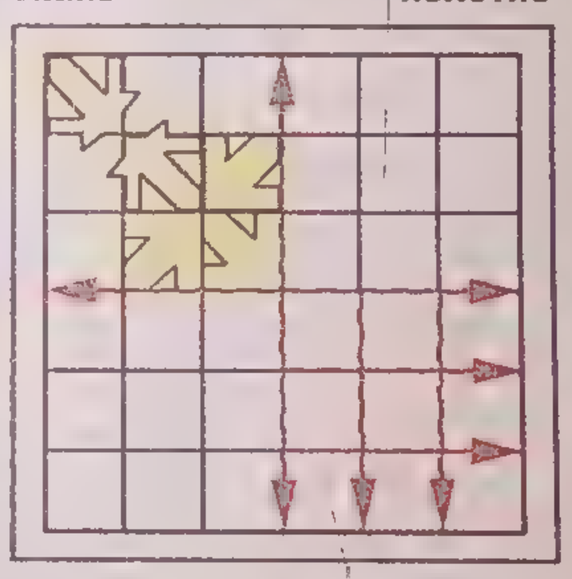


Рисунок 6

также следите за правильным расположением блоков. Стягивая два блока, скалывайте их булавками и прошивайте две ткани-основы и две ткани цветные. Стежок на швейной машине установите 2-2,5 мм. Швы разутюжьте. Ряды, сшивая между собой, тоже скалывайте булавками, очень длинные можно предварительно сметать.

СБОРКА ИЗДЕЛИЯ

Сшитое лицевое полотно отутюжьте, разложите на полу или большом столе, длинной линейкой очертите ровные контуры, проверяя размеры всех сторон.

Подготовьте полотно для изнанки, если вам необходимо сшить его из нескольких кусков, обязательно срежьте кромки. Размер его больше лицевого полотна на ширину каймы плюс несколько сантиметров на усадку во время выполнения фиксирующего шва. Изнаночное полотно разложите изнанкой к себе, стороны и углы в нескольких местах прижмите скотчем, чтобы не сдвигалось. Сверху лицом к себе положите лицевую часть таким образом, чтобы со всех сторон равномерно выступала изнаночная ткань. Далее изделие сметывается вертикальными и горизонтальными рядами. Линии сметочных стежков проходят на некотором удалении от швов, соединяющих блоки.

Фиксирующий шов прошивается вручную (шов "вперед иголку") или на швейной машине. Он проходит по контурам блоков. Небольшую работу можно прошить по вертикальным, а затем горизонтальным линиям стыков блоков. Крупное изделие удобнее прошивать от середины к краю каждой четверти отдельно, прошивая стыки от осевой линии к краю изделия **(рисунок 6)**.

Когда эта работа будет выполнена, пришейте кайму, сначала по более длинным сторонам изделия, затем по коротким, если изделие прямоугольное. Для настенного коврика под лицевую сторону каймы хорошо пришить полоски ткани-основы. Она пришивается сверху на срез ткани между изнанкой и каймой - вручную или на швейной машине. Это позволит иметь более плотный край изделия. Эту полоску-основу и изнаночную ткань обрежьте по всему периметру на одинаковую ширину. Обверните этот срез каймой, на изнанке край каймы подверните на 1 см. В углах ткань заложите под углом 45 градусов, излишки ткани срежьте. Подгибы под углом 45 градусов сшейте вручную или, завернув налицо, прострочите на швейной машине, разутюжьте срезы и выверните наизнанку. Подгиб на изнанке прогладьте, подколите булавками и подшейте потайным швом.

Для большей прочности и рельефа кайму можно отстрочить по лицу параллельными рядами.

Лариса БАНАКИНА.

ВЕСЕЛЫЙ ЗООПАРК

Вы любите мягкие игрушки? Их можно сшить самим. Причем сделать это не так уж сложно, а игрушки получаются такие, какие вам нравятся. К тому же если вам будут помогать ваши дети, то за этой работой-игрой можно показать им некоторые приемы швейного искусства.

Начинать нужно с изготовления плоских мягких игрушек, туловище которых сшивается из двух одинаковых плоских деталей. Если у вас больше светлого меха, выберите для работы **зайчонка Тёпу**, а если больше темного - сделайте **медвежонка Топтыжку**.

Чтобы линии сшивания меха были незаметными и игрушка воспринималась естественно, напоминая живого зверька, очень важен правильный выбор направления ворса. Вспомните, как вы гладите котенка: мордочку - вверх, затылок - вниз, туловище - назад и вниз. Поэтому на выкройке и проставляются стрелочки, указывающие направление ворса. Если стрелка на выкройке отсутствует, то направление ворса можно выбрать произвольно, например, для изготовления хвостика в виде шарика.

Детали туловища сложите лицевыми сторонами друг к другу. Сметайте их в местах, обозначенных треугольниками, а также в крайних точках шва у линии горловины и в месте резкого перегиба линии в точке расхождения нижних лап. Сшейте детали двойным косым швом через край, оставив незашитой горловину: через нее выверните заготовку туловища и заполните ее набивочным материалом. Проложите по краю горловины шов "вперед иголку" или просто косой шов через край, слегка стяните и закрепите нитку - горловина станет аккуратнее и будет легче пришивать к ней голову.

Для придания голове объемности на ее деталях делают вытачки. На деталях из меха вытачки вырезают по контуру лекала и сшивают их противоположные стороны двойным косым швом через край. Сначала нужно изготовить **ушки**. Сложите детали из меха и ткани лицевыми сторонами друг к другу, причем ткань на 3-5 мм должна выступать за края меха, сшейте детали стежком "строчка". Выверните заготовки и расправьте ворс, заполнять ушки ничем не надо.

На лицевую сторону передней части головы наложите уши, расположив их тканевой стороной вниз, а незашитыми срезами - к указанным местам, приметайте. После этого наложите сверху затылочную часть лицевой стороны вниз, приметайте ее и сшейте все по контуру двойным косым швом через край, одновременно скрепляя обе части головы и уши. Заполните голову набивочным материалом, установите ее на туловище и пришейте швом "вперед иголку". Теперь нужно сделать **мордочку**. Овал из синтепона обшейте по контуру розовыми (для зайчика) или черными (для медвежонка) нитками простым косым швом через край. Слегка затяните нитку, вложите синтепон - и у вас получится упругий комочек. Той же ниткой сделайте посередине перетяжку. Нитку не обрезайте.

Теперь сделайте **губу**. Сложите пополам небольшой кусочек плотного синтепона, вырежьте форму губы, обшейте белой ниткой петельным швом по краю двойной срез и пришейте губу снизу к накладке. Предварительно на губу можно нашить или наклеить красный язычок из клеенки или драпа.

К накладке оставленной ниткой пришейте **носик**: для зайки - розовую пуговицу или бусину, для медвежонка - черный носик-шарик или черную пуговицу. Пришейте **глазки**-пуговицы. Хвостики сделайте из кружочков меха так же, как и носик-шарик, и пришейте их сзади.

Светлана ДОКУЧАЕВА.

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ НА ВЫКРОЙКАХ

направление ворса или долевой нити (—►; ◄—);
точки сметывания деталей (—▼—; А, Б; —╳—);
места вшивания элементов игрушки (—┌ ┐—);
участок, оставляемый незашитым для выворачивания и наполнения заготовки набивочным материалом (—╳—╳—);
места присоединения элементов игрушки (—·—*—·—; *);
линия прокладывания строчки для сборки (∿∿∿);
линия, по которой одна выкройка разрезается на несколько лекал (—✂—).

ЛОВКИЕ НОЖНИЦЫ

Успех выполнения детьми поделок из бумаги или аппликаций из различных материалов во многом зависит от их умения владеть ножницами. Не все дошкольники умеют правильно держать ножницы в руках и тем более что-то с их помощью вырезать.

Рисунок 1.

Так надо подавать ножницы.

Начиная работу с детьми, объясните им правила работы с ножницами: у них есть острые опасные кончики, поэтому необходимо быть осторожным - передавать ножницы нужно только кольцами вперед **(рисунок 1)**, в стакан их надо ставить кольцами вверх, нельзя размахивать ножницами.

Затем предложите детям нарезать полоски от целого куска бумаги. При этом следует обратить внимание на следующие приемы:

- линия среза должна быть четкой, без зазубрин и защипов (это происходит, если пользоваться тупыми ножницами);

- прямые линии удобнее вырезать ножницами с прямыми концами;

- отрезая бумагу по прямой линии, опускайте ее вниз, одновременно продвигая ножницы вверх;

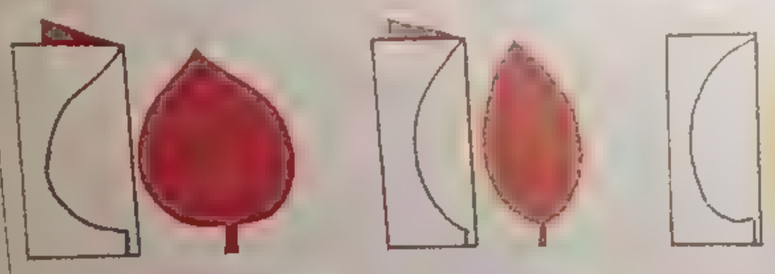


Рисунок 4. Для начала лучше вырезать листья простой формы.

- при вырезании округлых форм ножницы в правой руке остаются почти неподвижными, а бумага направляется левой рукой по намеченным линиям изображения **(рисунок 2)**;

- ветки растений легко вырезать из полоски бумаги **(рисунок 3)**;

- очень мелкие детали вырезайте небольшими ножницами. Поучитесь прорезать отверстие в бумаге. Для этого сначала проколите острым концом ножниц небольшое отверстие, а затем уже вырезайте середину;

Рисунок 2. Прямые и круговые линии вырезайте так, как показано на рисунке.

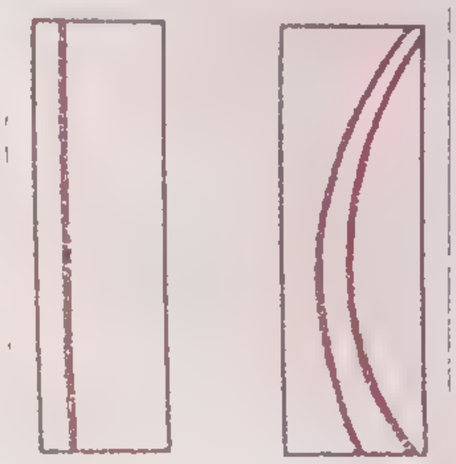


Рисунок 3. Ветки растений легко вырезать из полоски бумаги.

рите их, от линии сгиба нарисуйте только половинку листика и вырезайте его **(рисунок 4)**. Раскройте лист бумаги и посмотрите, что получилось. Не огорчайтесь, если нет сходства. Повторите вырезку несколько раз.

Из желтой, оранжевой, красной бумаги вырезайте осенние листья, из зеленой - весенние.

Затем можно попробовать изготовить первую аппликацию. Подберите для фона рисовальную бумагу или тонкий картон и наклейте ветку и листики. Не забудьте положить на аппликацию груз. Его кладут для того, чтобы аппликация не сморщилась. Дело в том, что клеящие составы, за исключением резинового клея, обладают коварным свойством стягивать бумагу при высыхании. Поэтому груз накладывайте сразу по окончании наклеивания. Чтобы клей не испортил внешний вид книг, служащих грузом, прежде чем класть книги, надо снять чистой тряпочкой с аппликации следы клея и всю работу закрыть чистой бумагой.

Для промазывания клеем вырезанных форм необходимо иметь под рукой стопку бумаги (газетной, оберточной, журнальной), снимая и выбрасывая после каждого промазывания грязный лист. Новое промазывание делайте обязательно на чистом листе, чтобы на цветную сторону формы не попадал клей, так как от него остаются следы.

Если дети уже умеют вырезать листики и ветки, попробуйте вырезать вазы, чтобы поставить в них ветки, цветы **(рисунок 5)**, - составьте из них декоративные композиции на бумаге различной формы и цвета **(рисунок 6)** и повесьте в своем игровом уголке.

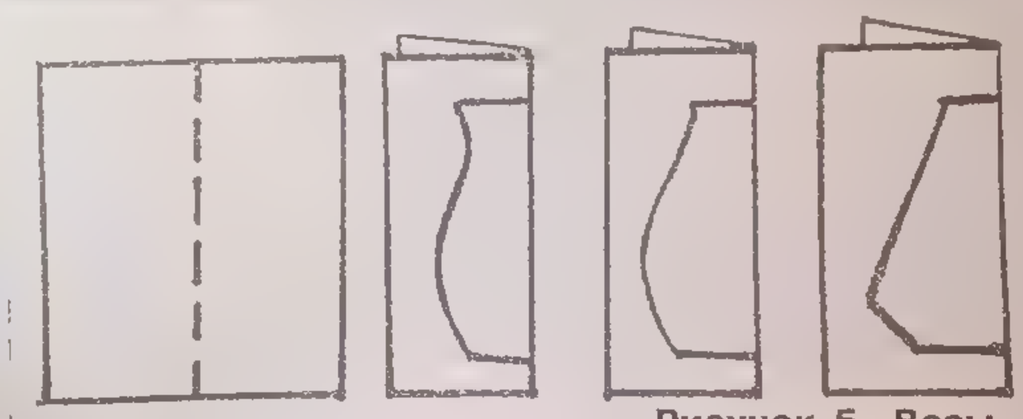


Рисунок 5. Вазы.

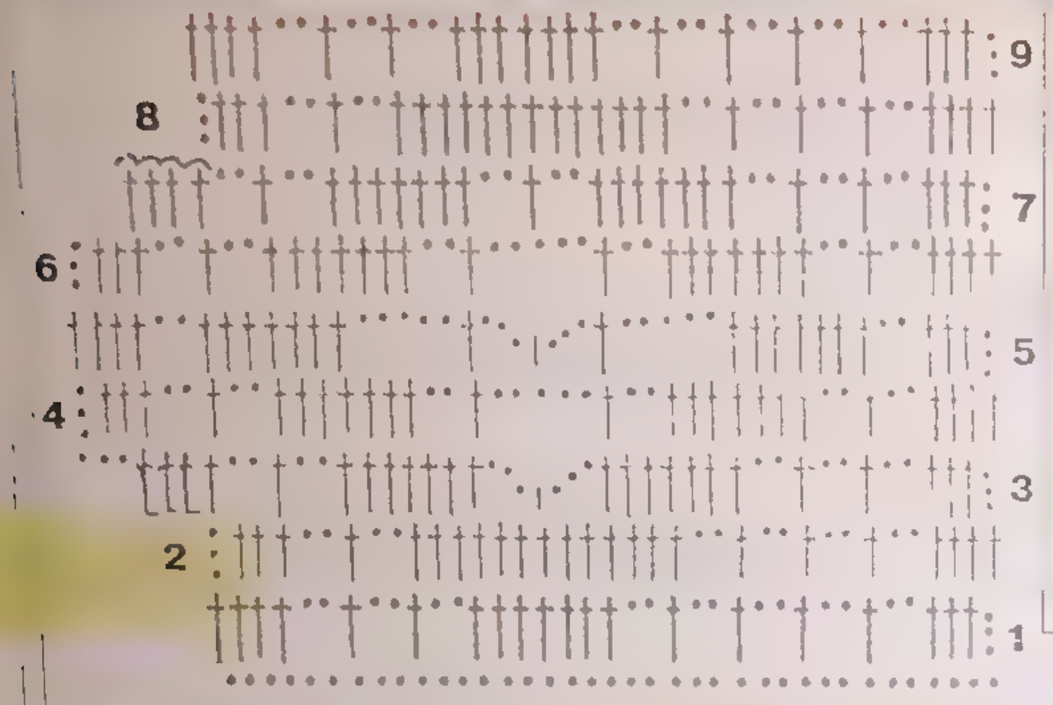
Маргарита ГУСАКОВА, преподаватель прикладного искусства.

Рисунок 6. Декоративный букет в вазе.

КУХНЯ В АЖУРЕ

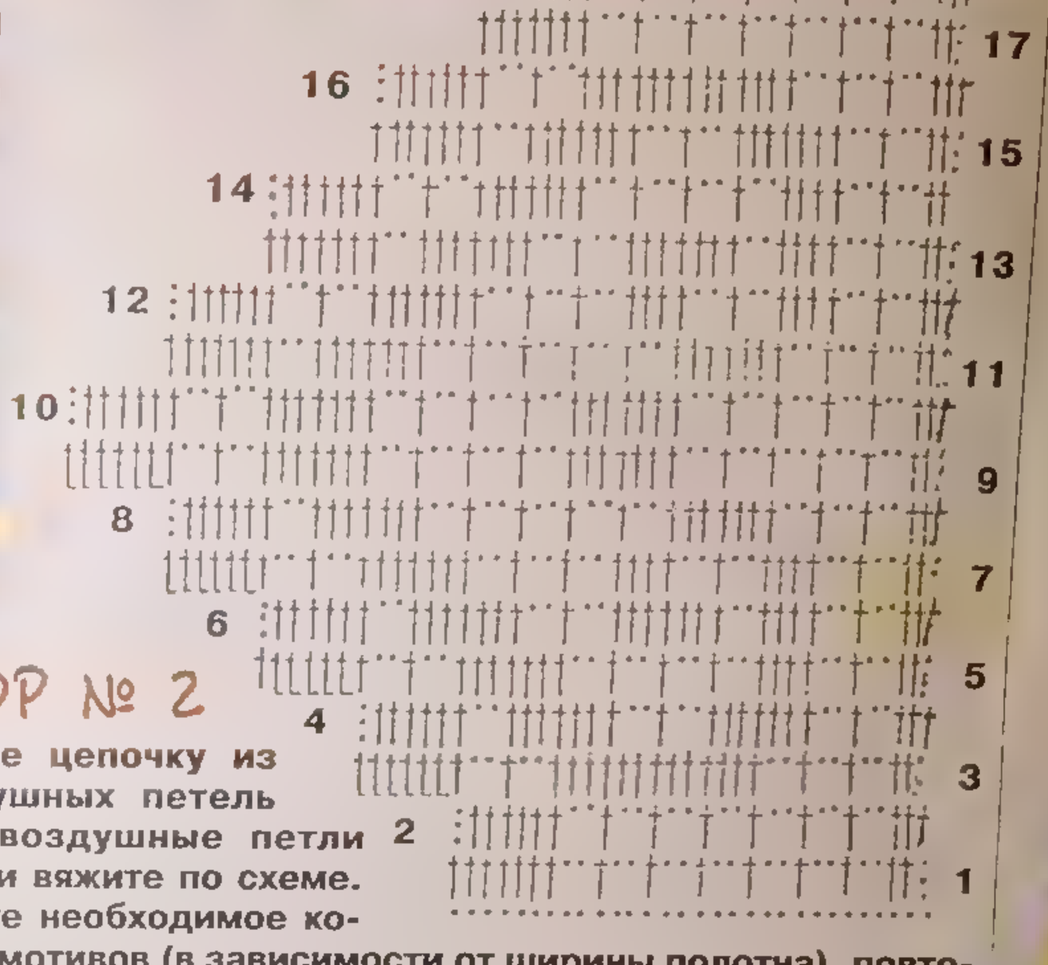
Каждой хозяйке хочется как-то разнообразить интерьер своей кухни, желательно с минимальными затратами. Один из простейших способов - оформление ее полотенцами с разноцветной каймой. Ведь для этого вам потребуется лишь обычное полотно, нитки "Ирис" и крючок № 1.

А те, кто любит авангард, могут украсить один конец полотенца каймой одного цвета, а другой - контрастного. Иногда это очень выручает, если требуется "увязать" не совсем сочетающиеся элементы интерьера (например, мебель, плитку и шторы).



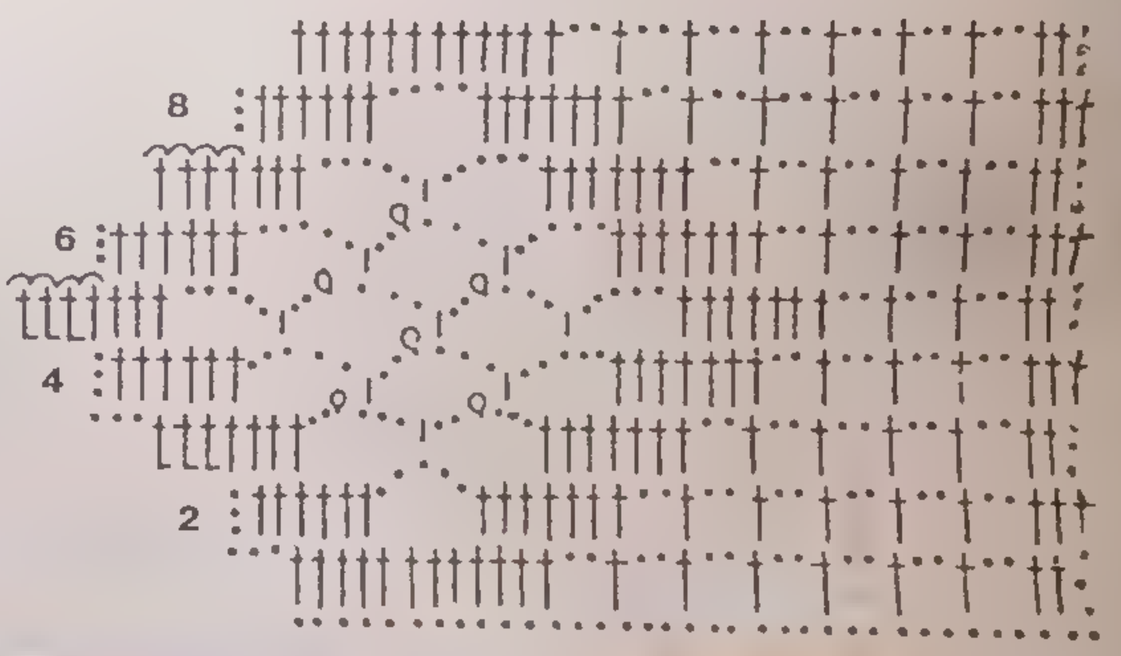
УЗОР № 1

Свяжите цепочку из 37 воздушных петель плюс 3 воздушные петли подъема и вяжите по схеме один раз с 1-го по 9-й ряд, а затем повторите со 2-го по 9-й ряд. Количество мотивов зависит от необходимой длины каймы. Ширина каймы составляет 12,5 см. Кайму можно обвязать следующим образом: в каждую арку зубчатого края ввяжите 2 столбика без накида, 3 пико и 2 столбика без накида.



УЗОР № 2

Свяжите цепочку из 36 воздушных петель плюс 3 воздушные петли подъема и вяжите по схеме. Выполните необходимое количество мотивов (в зависимости от ширины полотна), повторяя с 3-го по 18-й ряд. Ширина каймы составляет 13 см.



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

- ● - воздушная петля
- ⌒ - соединительный столбик
- | - столбик без накида
- ▽ - пико (3 воздушные петли, столбик без накида в первую воздушную петлю)
- ┼ - столбик с накидом
- ┼̄ - прибавленный столбик (столбик с двумя накидами в ножку предыдущего столбика с накидом)
- ┬ - полустолбик
- ⫯ - столбик с тремя накидами

УЗОР № 3

Свяжите цепочку из 48 воздушных петель плюс 3 воздушные петли подъема, затем вяжите по схеме один раз с 1-го по 9-й ряд, а затем повторяйте со 2-го по 9-й ряд. Ширина каймы составляет примерно 11 см.

Мария КОЗЛОВА.

Шеф-редактор Наталья КРАВЧЕНКО.

Сборник подготовлен по материалам газеты "Друг дома".
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком (К), печатаются на рекламной основе.
Газета "Волшебная ниточка" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 229-88-22. Ответственность за содержание и достоверность рекламы несут рекламодатели.
Перепечатка и иное использование материалов "Волшебной ниточки" без разрешения редакции запрещается и преследуется по закону. В переписку с авторами редакция не вступает.
Газета "Волшебная ниточка" выходит с октября 2002 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-12212 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59.
Факс (095) 292-83-65. E-mail: hold@com2com.ru
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в ЗАО "Красногорская типография".
Тираж 20200 экз. Заказ № 173

ВОЛШЕБНАЯ НИТОЧКА

№3/10
Март
2004

Художественное приложение к газете "ДРУГ ДОМА"

ЭЛЕГАНТНЫЙ ЛЕН

Вам понадобится: 600 г льняных ниток, спицы № 5 и 6, крючок № 3.

Плотность вязания: 10 х 10 см = 16 петель х 18 рядов (лицевая гладь).

Перед. Наберите 90 петель и вяжите резинку: 6 лицевых, 2 изнаночные, начиная и заканчивая ряд тремя лицевыми петлями. Через 33 см в высоту закройте с двух сторон для проймы 1 раз по 3 петли и 1 раз по 2 петли. Осталось 80 петель.

Продолжайте вязание, убавляя петли с двух сторон в начале и в конце ряда по 1 петле каждые четыре ряда (через лицевой ряд). Всего 5 убавлений. В последнем ряду также убавьте петли: свяжите по 2 петли вместе все изнаночные петли и на лицевой стороне по 2 вместе центральные лицевые. Закройте петли. Перед и спинку вяжите на спицах № 5.

Спинка. Вяжется, как перед, только выше на 5 см.

Рукава. Наберите 42 петли на спицы № 5 и вяжите резинку: 6 лицевых, 2 изнаночные, начиная и заканчивая ряд тремя лицевыми. Через 38 см сделайте прибавления в одном ряду накидами через 1 петлю, свяжите изнаночный ряд, перейдите на спицы

№ 6 и вяжите лицевой гладью. Количество петель 84. Через 10 см убавьте петли с двух сторон 1 раз по 3 петли, 1 раз по 2 петли. Затем убавляйте каждые 4 ряда с двух сторон по 1 петле.

Учтите, что одна сторона пришивается к переду, другая к спинке, поэтому убавления и высота сторон рукава должны совпадать с основными деталями. Верхнюю линию рукава закройте частичным закрытием, разделив петли на несколько равных частей. Кроме того, закрывайте петли, провязывая не по 1 петле, как это делаете обычно, а 2 раза по 2 вместе, 1 раз 3 вместе.

Сборка. Сшейте все детали. Обвяжите крючком вырез столбиками без накида несколькими рядами. Свяжите цепочку из воздушных петель и проденьте под вырезом.

Елена БУТУРЛИНА.

Подписаться на "Волшебную ниточку"? Нет ничего проще!

Наш индекс - 15931 в Объединенном каталоге "Пресса России", том I, стр. 97.

ПАСХАЛЬНЫЕ ЗАЙЧИКИ

Издавна существует традиция на Пасху дарить близким маленькие сувениры. Например, открытки, салфетки или ленты, украшенные вышивкой.

Вышивка выполняется на канве Файн-аида (72 клеточки на 10 см) белого или бежевого цвета фирмы "Zweigart", мулине DMC.

Ольга ЦАПЛИНА,
дизайнер.

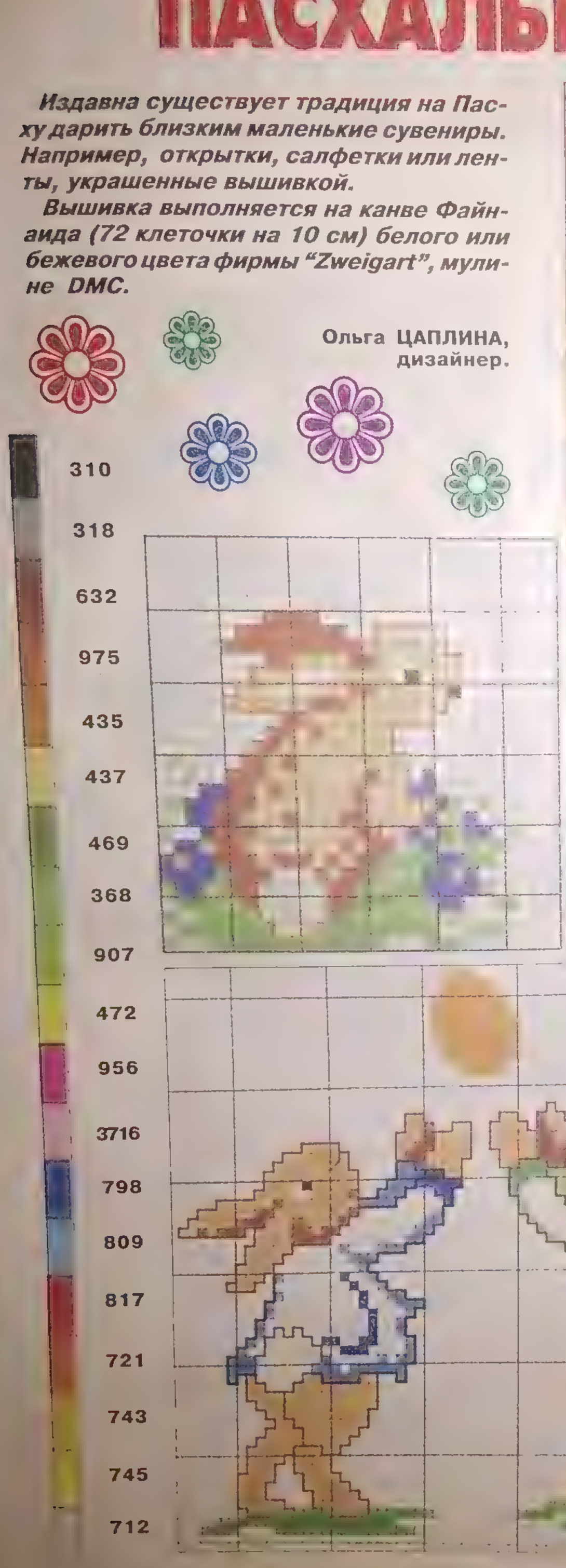


Фото 1

Я хочу дать несколько советов, как можно пошить спортивные брюки для подрастающей детворы, у которой ножки тянутся быстро, а папин с мамой кошелек за ними не успевает (фото 1 и 2).

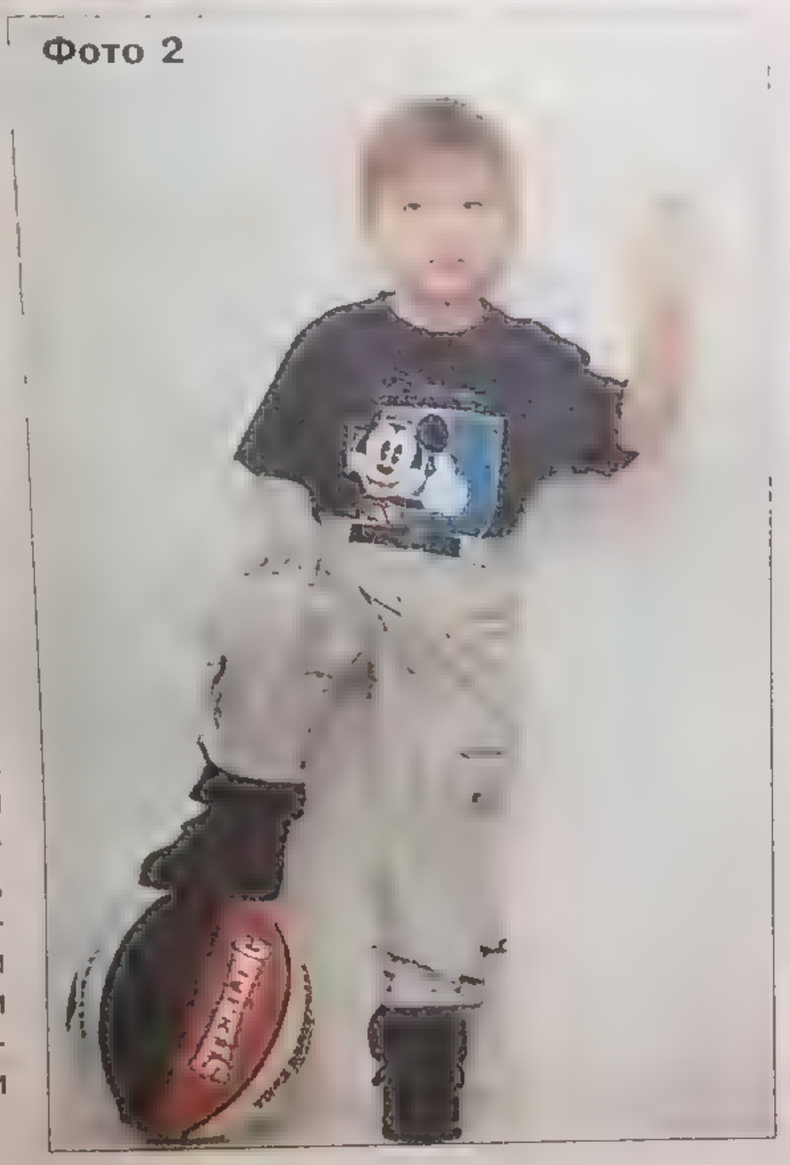
МОДНОЕ ШУРШАНИЕ

Болонья и плащовка - это ткани спортивного стиля. Они практичны и легки в уходе.

Визуально плащовка или болонья не интересны, но их можно украсить дополнительными швами, карманами, отделочными строчками. Но после выбора фасона и усложняющих элементов необходимо продумать процесс сборки изделия. Есть три варианта.

Первый вариант. Брюки из плащевой ткани отшиваются полностью и соединяются с подкладкой, сшитой по тем же лекалам, по поясу и низу брюк. Но в этом варианте швы на брюках кажутся тонкими и "затянутыми".

Фото 2



Второй вариант. Все детали брюк из плащовки соединяются по контуру с синтоватином. Получается двухслойная ткань, из которой и отшиваются брюки, а затем уже соединяются с подкладкой по поясу и низу.

При этом все детали брюк выглядят более выпуклыми и более заметными. Но здесь есть свои минусы. От долгой носки и стирок синтоватин может сползти вниз, поскольку он не закреплен сметкой.

Третий вариант. В качестве подкладки используют трикотаж. Все детали соединяются по контуру с подкладкой до начала сборки брюк. При этом достигается объемный внешний вид и практичность в носке. Надо отметить, что и сам процесс сборки значительно упрощается. Я предпочла именно этот способ.

Теперь о деталях. Пояс можно обработать без застежки **(фото 3)**, украсив его дополнительной резинкой, или же сделать застежку на "молнии"**(фото 4)** как подарок малышу, для которого это элемент одежды взрослых. Но резинка на поясе должна быть обязательно закреплена, иначе во время носки она будет заворачиваться.

Фото 3

Чтобы этого не происходило, в первом варианте **(фото 3)** прокладывается закрепляющая строчка по середине пояса, а во втором **(фото 4)** необходимо сделать закрепки на поясе на продолжении боковых и среднего швов.

Фото 4

Боковые карманы для мальчишек **(фото 5)** пришиваются чуть выше линии колена, больше "заходя" на переднюю половину брюк. Верхний край фиксируется липучкой. Можно другой карман украсить "молнией" **(фото 6)**, а для юных первооткрывателей нелишним будет усилить-укрепить коленки дополнительной стежкой на брюках, выполненной отдельной деталью **(фото 2, 5, 6, 7)**.

Дети быстро растут. Запасы по длине никогда не лишни. Это, между прочим, можно использовать как еще один укрепляющий элемент. Поможет здесь дополнительная шлевка, поддерживающая отворот и фиксирующая себя на ленту-липучку **(фото 7)**.

Я рекомендую самые традиционные цвета плащовки. Подобрав для мальчишеских брюк черную подкладку, я выиграла в подвороте на "самом проблемном" месте. По крайней мере, с неделю эти брючки наши сорванцы проносят без стирки... Или нет?!.

Маргарита НЕНЕНКО.

Фото 5

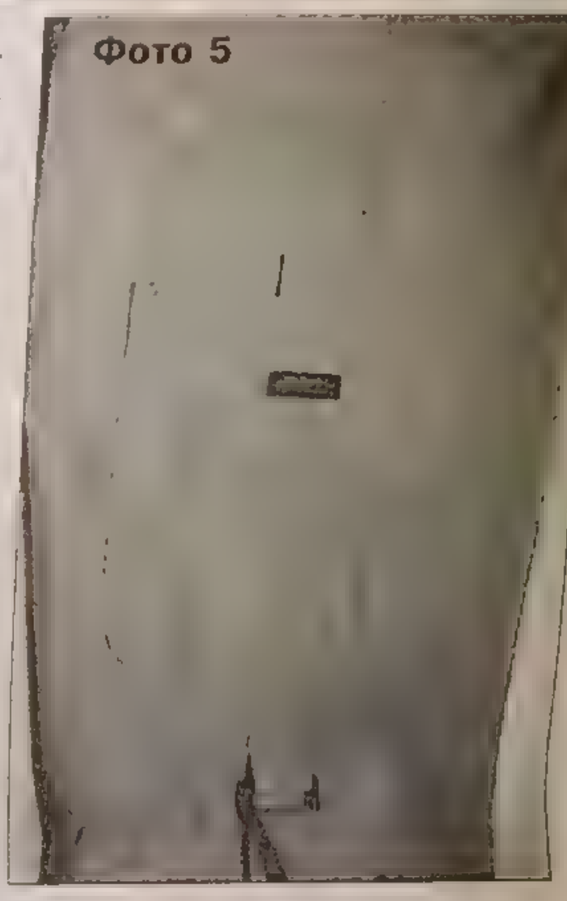


Фото 6

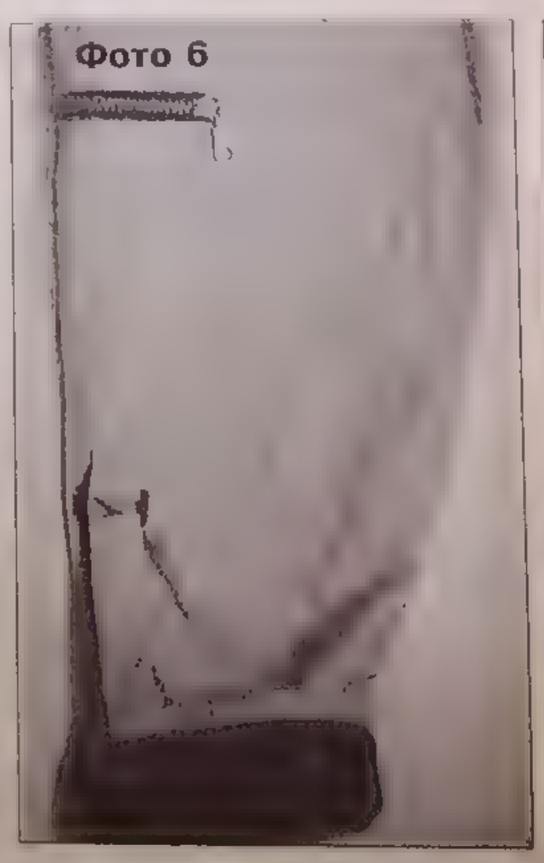


Фото 7

РЫЖИЙ КЛОУН

Этого клоуна можно использовать для хранения пижамы или ночной рубашки. В прихожей в него можно складывать шарфы и варежки, на кухне - целлофановые пакеты, салфетки, формочки для печенья и прочую мелочь. **Вам потребуется** плотная ткань (холст, бортовка) 30х55 см, лоскуты для лицевой части, молния 36 см, нитки для вышивания лица.

Рисунок надо увеличить и вырезать из бумаги по контуру. Вам потребуется рисунок и лекало общего контура. Наложите лекало на любую плотную ткань, очертите контур и, прибавив 1 см на шов, вырежьте. Это заднее полотнище - пока его отложите.

Лицевая сторона будет выполнена методом аппликации. Разрежьте рисунок на три части: по средней линии и линии плеч. По этим выкройкам надо сделать три детали из ткани или клеевого флизелина, которые станут основой для аппликации. Выкраивайте с припуском на швы. При помощи копировальной бумаги перенесите детали рисунка на ткань.

Теперь каждый элемент рисунка поочередно вырезайте и выкраивайте из ткани соответствующей расцветки с небольшим припуском. Все детали выкладываются на основу. Чтобы они не двигались, приклейте их любым клеем для ткани, используя флизелин, прогладьте. Удобно работать с сильно накрахмаленными лоскутками.

Ткань для лица, прежде чем вырезать, надо вышить: рот и глаза стебельчатым швом, а зрачки делаются из ткани, которую нужно наклеить и обшить. Нос сделайте объемным - круглый лоскут заполняется ватой и стягивается по кругу. Пришиваете этот шарик - и получается отличный нос.

Когда все детали будут прикреплены, пришейте стыки лоскутков швом "зигзаг". Они должны заходить друг за друга на 1-2 мм.

Для более четкого разделения деталей по некоторым контурам прокладывайте тесьму или шнур (линия рукава), прострочите клеточки на рубашке, полоски на штанах.

Волосы можно сделать из ткани, шерстяных ниток или меха.

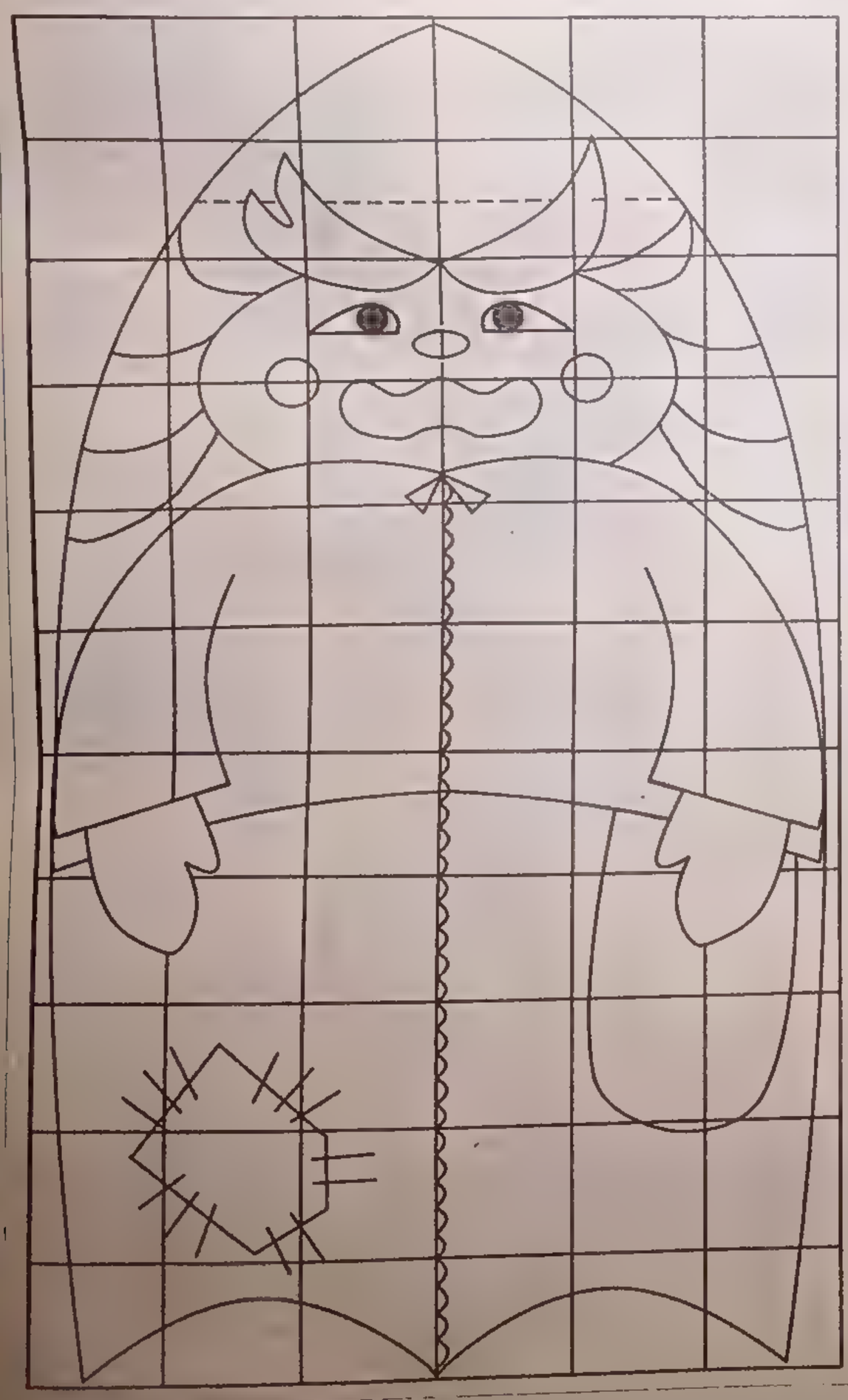
К двум нижним деталям пришейте молнию, "липучку" или пуговицы с петлями.

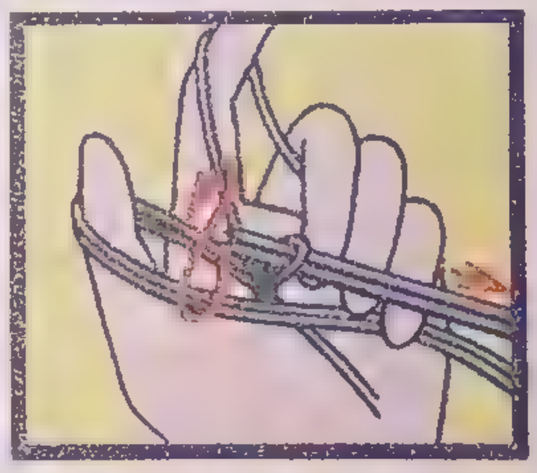
Верхнюю деталь (с лицом, волосами, шапочкой) обрежьте по нижнему контуру точно по рисунку. Наложите ее на две нижние части (застегнутые) и пришейте швом "зигзаг". Под подбородком прикрепите бант или кружево.

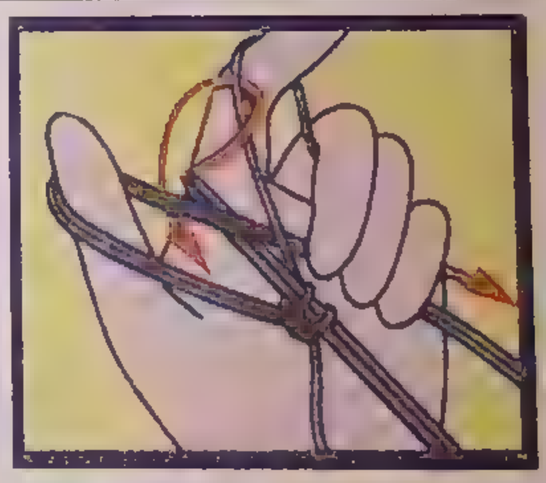
Заднее полотнище сложите с

передним лицом к лицу, в верхний угол вставьте петлю, помпоны или кисточки. Сметайте две детали вместе и прошейте по всему контуру. Надо отсечь уголки, обметать край и вывернуть пижамницу через застежку.

Лариса БАНАКИНА.

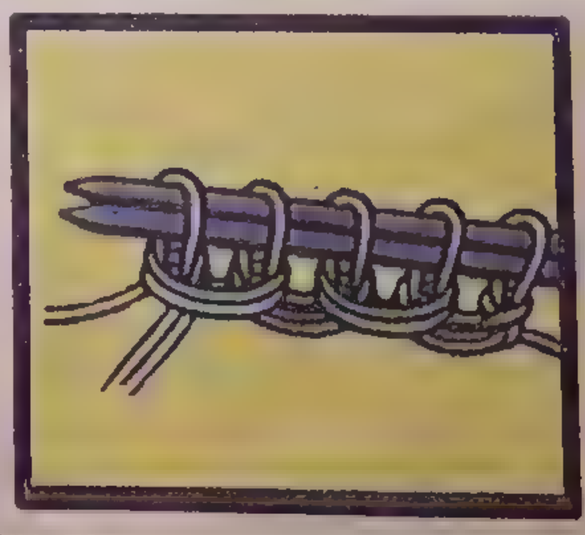






БОЛГАРСКИЙ НАБОР

Наберите одну петлю, как обычно, на две спицы, оставляя свободный конец в 2 раза длиннее. Сложите его пополам и набросьте на большой палец, а нить от клубка на указательный палец, как для обычного набора. Наберите одну петлю. Затем большим пальцем подхватите двойную нить справа налево (снизу вверх), вставьте правую спицу под двойную нить на ладони и наберите следующую петлю. Далее набирайте петли, меняя расположение большого пальца: сначала слева направо (сверху вниз) под двойную нить, затем справа налево, при этом нить от клубка на указательном пальце остается неизменной. Таким образом на спицах образуется ряд из одинарной нити, и петли ложатся парами. Первый ряд свяжите изнаночными петлями, каждую петлю в отдельности. Второй ряд будет первым рядом рисунка.



Людмила ОЛЕЙНИК.

И ДУШЕ РАДОСТЬ, И ДОМУ УКРАШЕНИЕ

У хорошей хозяйки ничего не пропадает, ни одна ниточка-булавочка зря не заваляется. Тем более кусочек ткани. Таких лоскутов от когда-то шитых на лето сарафанов, от старых ненужных вещей найдется в каждом доме немало. Кто без дела хранит кусочки ткани, кто периодически выбрасывает их, а кто и находит применение.

Как ни странно, лоскутные вещи прочнее обычных. И в доме могут прослужить долго. Пестрые коврики, покрывала, подушки, даже скатерти и ковры из лоскутов, не говоря уже о прихватках для кухни, согревают дом особым теплом. Такие вещи легко найдут свое место и в квартире на девятом этаже, и в маленьком дачном домике. Они создадут какой-то особенный, неповторимый уют. Ведь каждое лоскутное изделие - это эксклюзив!

Тем, кто хочет попробовать непростое лоскутное угольное шитье, необходимо начать с малого: **сшить обычную кухонную прихватку**. Для шитья подойдут самые разнообразные ткани: хоть шелк, хоть ситец и сатин - все сольются в одном пестром узоре. Но для начала кусочки надо выстирать, высушить и выгладить. Заодно проверите, какие ткани линяют, и отложите их в сторону. Затем из приготовленных кусочков ткани нарежьте полоски по долевой нити в 2,5-3 сантиметра шириной. Ленты должны выходить разной длины. Теперь соберите нарезанные полоски каждого цвета в пучки и сколите их булавками, чтобы "букеты" не разлетелись и не затерялись, если вам придется почему-то отложить работу до другого раза.

Для одной прихватки следует подобрать сначала по четыре полоски разного цвета. Цвета подбирайте по вкусу: яркие или пастельные, пестрые или однотонные - как душе угодно. Еще потребуется один центральный квадрат и четыре равнобедренных треугольника из одной ткани.

Начинаем работу с середины будущей прихватки. По изнаночной стороне к квадрату пристрачивается полоска тка-

ни. С одной стороны. С другой стороны квадрата - другая по цвету, и так далее. С четырех сторон квадрат теперь окружен четырьмя разноцветными полосками одинаковой длины

Теперь вырежьте равнобедренные треугольники и приложите их поочередно основаниями перпендикулярно центральному квадрату. Пристрочите с изнаночной стороны каждый по очереди, предварительно обрезав лишние кусочки ткани от полосок. И так - со всех сторон

Затем пристрочите таким же образом следующие полоски ткани, длиннее предыдущих. Чередуя полоски и треугольники, достигнете желаемого размера. Готовое полотно тщательно разгладьте.

Сшейте из однотонной ткани изнаночную сторону прихватки. Стачайте верх и низ изделия по краю. Вовнутрь вложите поролон, ватин и т.п. Застрочите. Края отделайте яркой тесьмой или кантом из полоски ткани

По такому же принципу шьются **покрывала, кармашки для канцелярских принадлежностей и почты, коробочка для ниток** - только здесь вместо ватина внутрь вкладывается плотный картон - и даже подушка для заварного чайника

Заодно можно научиться шить массу полезных в хозяйстве вещей: **косметички, футляры для очков, кошельки** Стоит немного потрудиться, и это занятие - лоскутное шитье - надолго вас увлечет, отвлекая от грустных мыслей и усталости.

Татьяна ЗУБКОВА.

ИЗ ОДНОЙ ПУСТОЙ БУТЫЛКИ

Много полезных посудинок можно сделать своими руками, стоит только собрать бутылки из-под воды разного размера. Как это сделать и как использовать такую посуду?

Сделать ее можно по-разному. Можно отпилить небольшой пилкой нужный размер, можно раскаленным ножом сделать отверстие, а затем от него обрезать ножницами или острым ножом нужный срез.

Как использовать получившуюся посуду?

Первый срез недалеко от пробки даст лейку. Этот же срез даст высокую стройную вазу для дачных букетов из садовых, лесных и полевых цветов. Очень удобная емкость для хранения яиц в холодильнике: занимает мало места. По этой же причине, что занимает мало места, только в шкафу, удобна для хранения всего сыпучего: сахара, муки, круп, а также овощей. Гвозди, садовые удобрения тоже могут помещаться в емкостях разной величины.

Второй срез даст мусорницу или крышку, чтобы прикрыть несъеденные ягоды или недопитое молоко, надрезанный лимон. Удобно сажать в такой посуде и комнатные цветы и вырезать подставки для них же. Только не забывайте в донышке прожигать отверстия, чтобы был отток воды, иначе растения загниют. Весной такие емкости можно использовать для рассады.

Из небольших бутылочек можно сделать маленькие посудинки. солонки, перечницы, конфетницы, вазочки для варенья и салфеток. На обеденном столе эта посуда займет совсем мало места.

Маргарита ГУСАКОВА.

Хочу поделиться способом вязания настенного панно "Корзинка", которое я как-то увидела в гостях и прямо загорелась желанием его сделать. Я увлекаюсь вязанием, и у меня много книг, журналов, но нигде ничего подобного не видела.

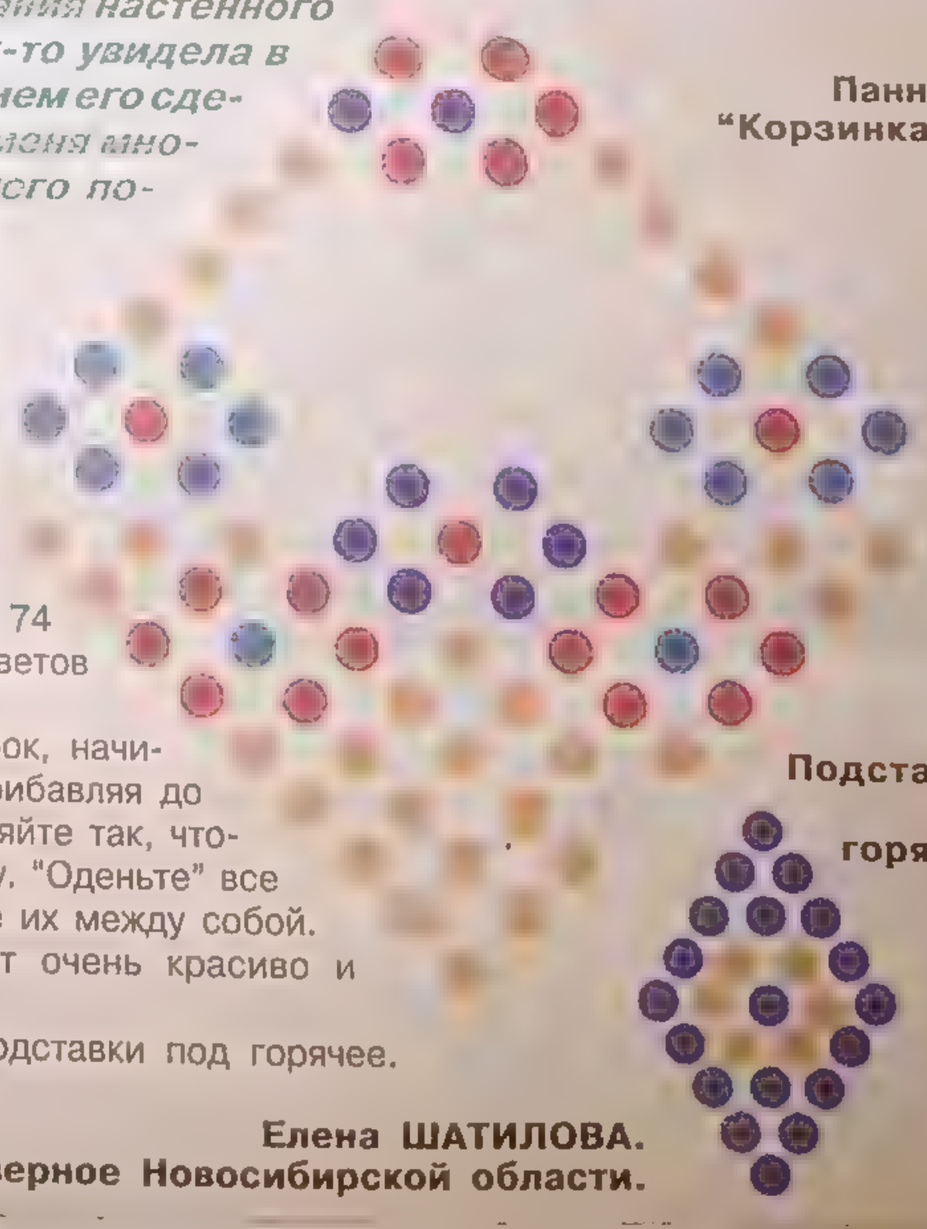
ШАПОЧКИ И КРЫШЕЧКИ

Для изготовления этого панно нужны 74 железные пробки от пива, нитки трех цветов и крючок.

Свяжите крючком "шапочки" для пробок, начиная с кольца из трех петель, затем - прибавляя до величины диаметра пробки, затем убавляйте так, чтобы потом надеть эту "шапочку" на пробку. "Оденьте" все пробки и с обратной стороны соедините их между собой. Панно готово. На стенке оно выглядит очень красиво и оригинально.

Таким же способом можно связать подставки под горячее.

Елена ШАТИЛОВА.
ст. Чистоозерное Новосибирской области.



Панно "Корзинка"

Подставка под горячее

ЦВЕТЫ ИЗ ОРИГАМИ

Рисунок 1

Это очень древнее традиционное японское искусство, которое называется оригами ("ори" - сгибаю, "гами" - бумага). Оно может увлечь не только детей, но и взрослых.

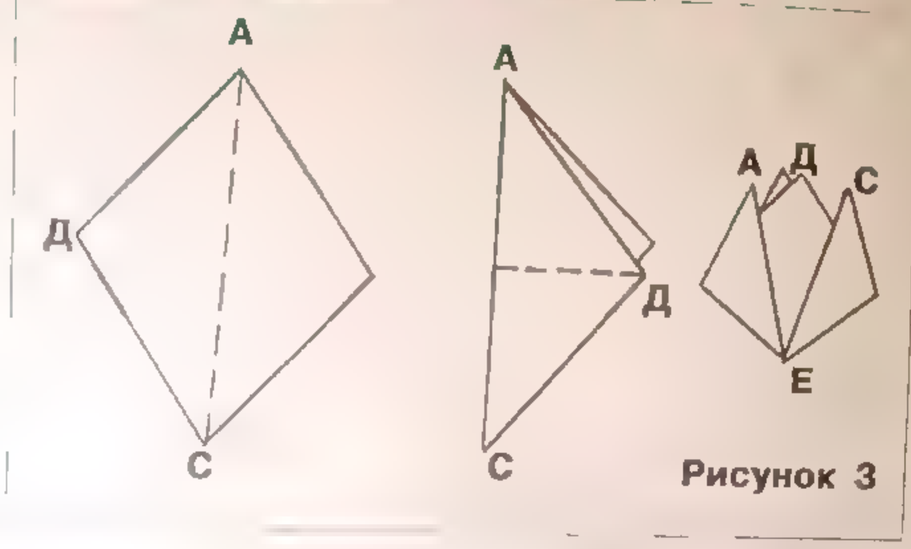


Рисунок 3

Попробуйте сложить цветы, а потом из них сделать картины, которые могут создать уют в вашем дачном домике **(рисунки 1, 2)**.

Для складывания цветов нужна тонкая цветная бумага, для фона - рисовальная, ватман, тонкий картон. Потребуются также ножницы, клей ПВА, кисточка, тряпочка для вытирания клея.

Цветок складывают из квадрата **(рисунок 3)** Сложите его по диагонали АС, получившийся треугольник АДС сложите по высоте ДЕ. Угол А положите на сторону АД, а угол С - на сторону СД. Цветок будет оригинальнее, если в него вклеить сердцевинку **(рисунок 4)**.

Можно сложить цветы разных оттенков и разных размеров, а затем из них выполнить аппликации "Цветы на лугу", "Цветы на клумбе" или цветы на поздравительной открытке или закладках для книг. После любого наклеивания на фон надо класть небольшой пресс (маленькую, но тяжелую книжицу). По окончании наклеивания на всю картину положите большую тяжелую книгу.

Маргарита ГУСАКОВА.

Рисунок 2

Рисунок 4

Шеф-редактор Наталья КРАВЧЕНКО.

Сборник подготовлен по материалам газеты "Друг дома".
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком (К), печатаются на рекламной основе.
Газета "Волшебная ниточка" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 229-88-22. Ответственность за содержание и достоверность рекламы несут рекламодатели.
Перепечатка и иное использование материалов "Волшебной ниточки" без разрешения редакции запрещается и преследуется по закону. В переписку с авторами редакция не вступает.

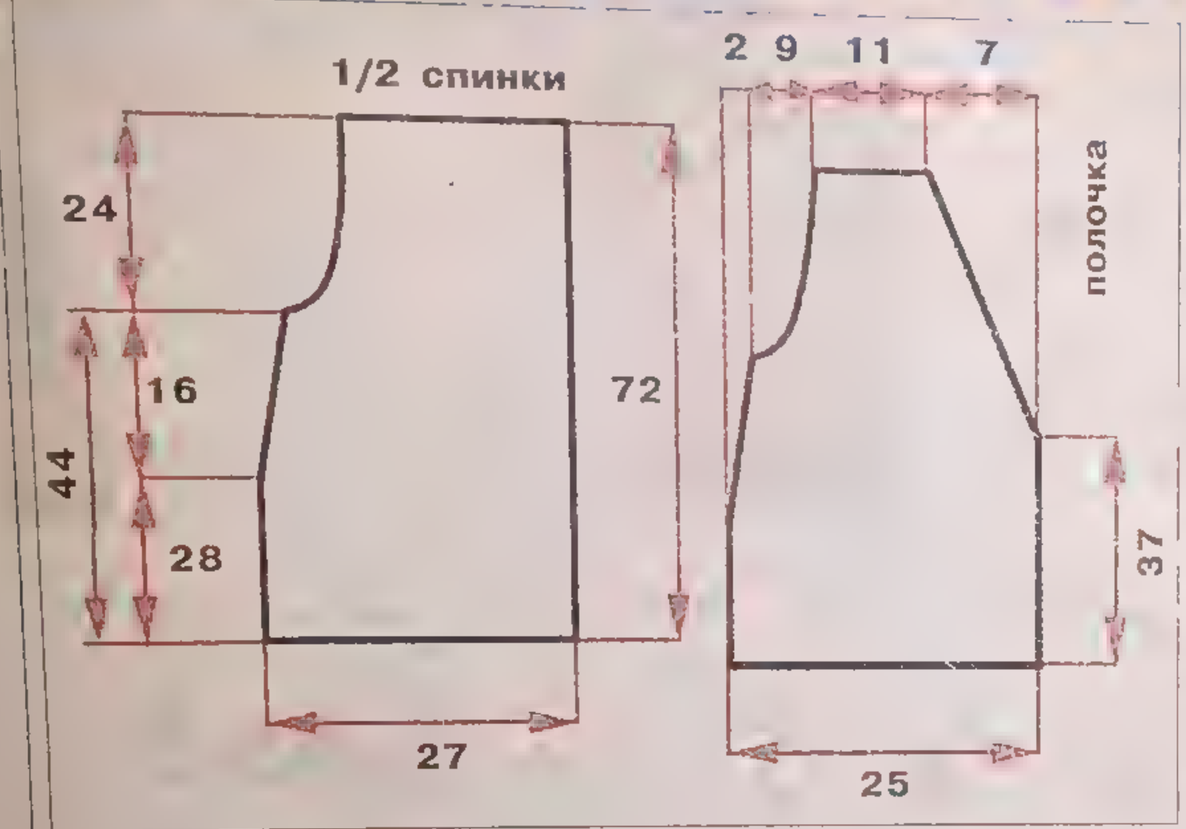
Газета "Волшебная ниточка" выходит с октября 2002 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-12212 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59.
Факс (095) 292-83-65. E-mail: hold@com2com.ru
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в ЗАО "Красногорская типография".
Тираж 23600 экз. **Заказ № 432**

ВОЛШЕБНАЯ НИТОЧКА

№5/20
Май
2004

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ К ГАЗЕТЕ "ДРУГ ДОМА"

ЖИЛЕТ С БАХРОМОЙ



Для того чтобы связать жилет (размер 44-46), вам потребуется 400 г небеленой пряжи (100-процентный хлопок), крючок № 2,5.

Раппорт: число петель кратно 5 плюс 2 петли.

1-й ряд - 2 петли подъема, 2 столбика без накида в 4-ю и 5-ю петли цепочки, *3 воздушные петли, 1 петлю цепочки пропускаете, 4 столбика без накида*.

2-й ряд - 3 петли подъема, *7 столбиков с накидом в арку из воздушных петель, пропускаете 4 петли основания*. В конце ряда 1 столбик с накидом.

3-й ряд - 2 петли подъема, *3 воздушные петли, над средним из 7 столбиков предыдущего ряда провязать 1 столбик с накидом, 3 воздушные петли, 1 столбик с накидом, 3 воздушные петли, 1 столбик без накида между "фигурками" предыдущего ряда*. В конце ряда 1 стоблик без накида вяжете над 3-й петлей подъема предыдущего ряда.

Далее вяжете, повторяя 2-й и 3-й ряды.

От * до * повторяется. При вязке арок из воздушных петель учитывайте петлю на крючке.

Левая полочка: наберите 72 петли и вяжите по образцу. На высоте 28 см от начала работы начинаете убавлять в каждом 2-м ряду по 2 петли (в конце ряда вместо 7 столбиков с накидом в арку из 3 воздушных петель вяжете сначала 5 столбиков, затем 3 и так далее). Всего помещается 2 раппорта. На высоте 37 см от начала работы убавляете по 1 петле в каждом 2-м ряду. На высоте 44 см от начала работы для проймы закрываете 1 раппорт рисунка столбиками без накида. На высоте 72 см от начала работы закройте оставшиеся петли.

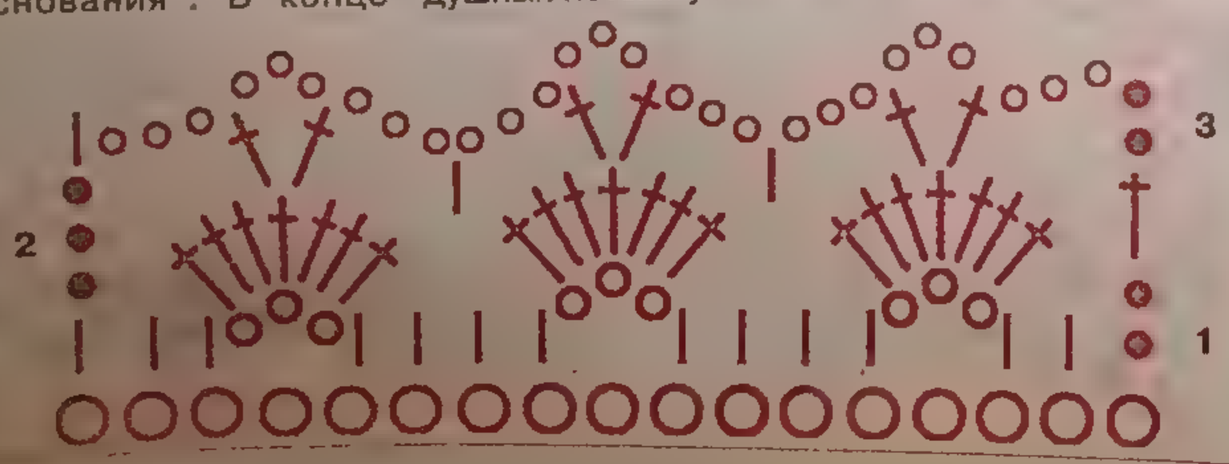
Правая полочка вяжется симметрично.

Спинка. Наберите 152 петли и вяжите по образцу. На высоте 28 см от начала работы начинаете убавлять в каждом 2-м ряду по 2 петли (в конце ряда вместо 7 столбиков с накидом в арку из 3 воздушных петель вяжете сначала 5 столбиков, затем 3 и так далее). Всего - 2 раппорта. На высоте 44 см от начала работы для проймы закрываете 1 раппорт рисунка столбиками без накида. На высоте 72 см от начала работы закройте оставшиеся петли.

Сборка. Выполните швы. Обвяжите крючком полочки, горловину и проймы: 1-й ряд - столбики без накида, 2-й ряд - по схеме.

Низ изделия отделайте бахромой.

Ксения ЛИПАТОВА.



Подписаться
на "Волшебную ниточку"?
Нет ничего проще!

Наш индекс - 15931
в Объединенном каталоге
"Пресса России", том I, стр. 97.

ШЛЯПКА В СТИЛЕ МАКРАМЕ

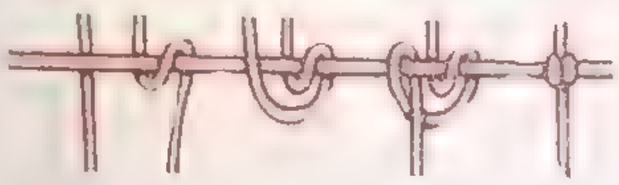
Для изготовления шляпы следует приготовить 300 м искусственной соломки толщиной 1-1,5 мм и ковровое колечко диаметром 12-15 мм.

Для удобства и четкости выполнения геометрически заданного рисунка на подушке для плетения следует разметить оси будущего восьмигранника. Выполнение работы требует навыка в исполнении всего трех приемов макраме: навеска нитей (расширенная и нерасширенная), репсовый узел и ДПУ (двойной плоский узел). Нити будем нарезать по мере необходимости, чтобы не запутаться.

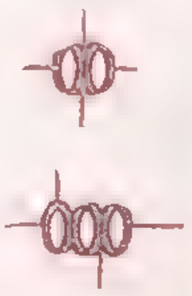
НЕРАСШИРЕННАЯ НАВЕСКА

РАСШИРЕННАЯ НАВЕСКА

РЕПСОВЫЙ УЗЕЛ



Обычный репсовый узел выполняется рабочей нитью, дважды обвивая нить основы, а *расширенный репсовый узел* выполняется при помощи тройного обвива вокруг основы

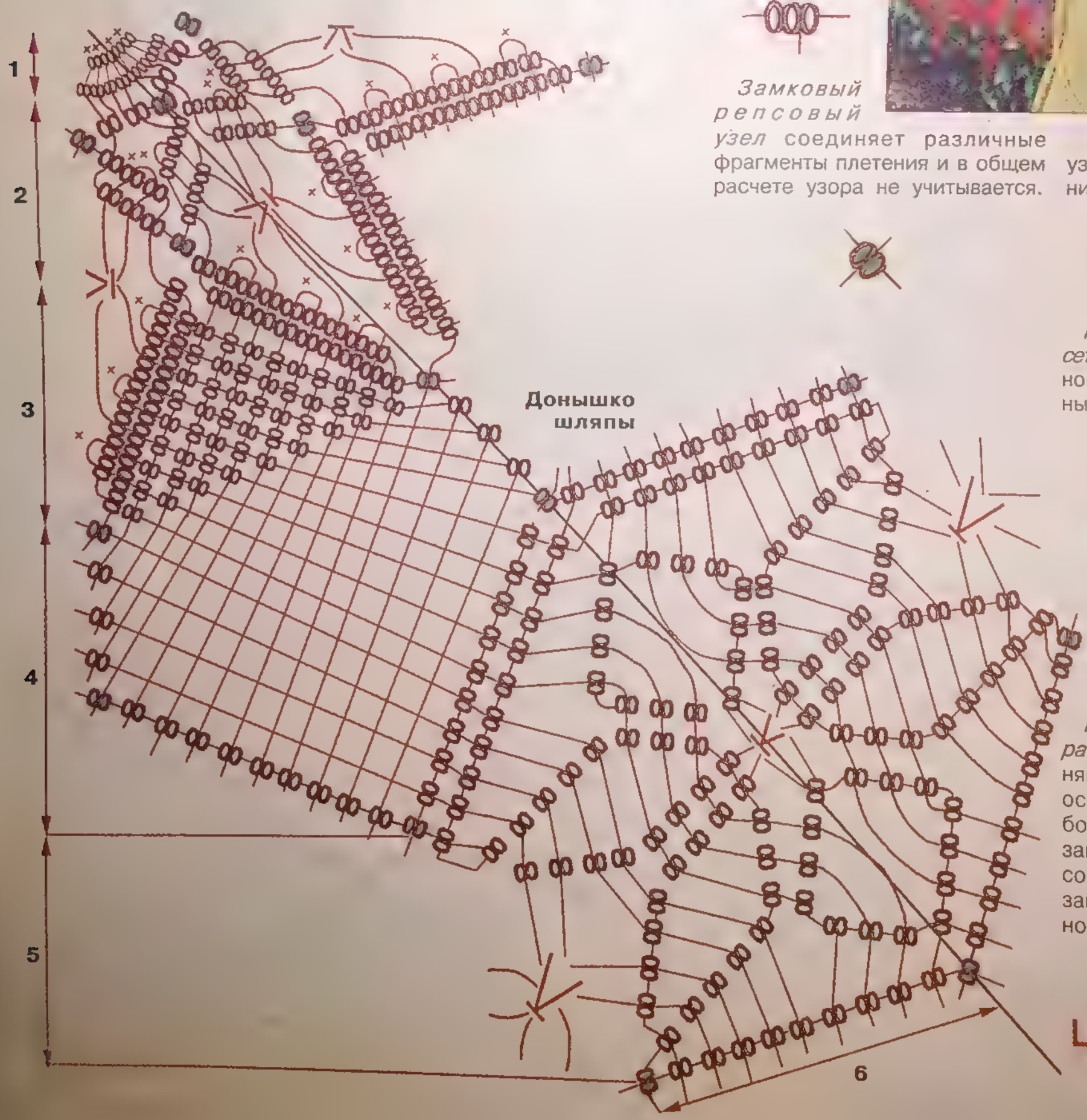


Замковый репсовый узел соединяет различные фрагменты плетения и в общем расчете узора не учитывается.

Брида - это ряд репсовых узлов, провязанных на одной нити основы.

Репсовые узлы в шахматной сетке выполняются с постоянной сменой рабочих и основных нитей.

Репсовые узлы в окончании работы "чистым краем" выполняются с добавлением к нити основы концов уже ненужных больше рабочих нитей для их закрепления следующими репсовыми узлами. Через 3-4 узла закрепленный конец нити можно отрезать.



Двойной плоский узел - выполняется на четырех нитях, две средние являются основами, а две крайние - рабочими.

Освоив выполнение узлов, можно приступить непосредственно к плетению шляпы.

1. Нарежьте 16 нитей длиной по 2,5 метра, сложите их пополам. Плетение начинаем из центра, навешивая на ковровое колечко нити нерасширенным набором. Затем, взяв дополнительную нить длиной примерно 50 см, выполняем на ней круговую закрепляющую бриду репсовых узлов, после чего концы дополнительной нити связываем, закрепляем (подшив или подклеив) и отрезаем.

2. Донышко шляпы представляет собой розетку из 8 лепестков-ромбов, которые будем плести по схеме репсовыми узлами. В местах, обозначенных крестиками, навешиваем расширенным набором следующие 16 нитей длиной по 2,5 метра и продолжаем плетение по схеме, выплетая в центрах ромбов ДПУ.

3. Вводим дополнительно еще 48 нитей длиной по 2,2 метра. Больше до начала плетения полей шляпы навесов не будет, в работе 160 концов. Выполняем по схеме 8 треугольников шахматной сетки репсовых узлов "с угла" от 1 до 9 узлов.

4. Вкруговую плетем еще 8 рядов сетки (80 узлов в ряду), делая узлы все такими же плотными, но слегка увеличивая расстояния между ними для того, чтобы полотно, расширяясь, оставалось плоским. Затем надо продолжить сетку "на угол" от 9 до 1 узла, не считая замковых узлов.

5. Далее сплетите 8 розеток с шестилистником по схеме. Переходя на вертикальную часть шляпы (тулью), плетение следует перенести на трехлитровую банку, перевернутую вверх дном и обтянутую тканью.

6. Углы после розеток опять заполняем шахматной сеткой от 1 до 9 узлов и еще вкруговую 4 ряда сетки.

7. Теперь надо, взяв дополнительную нить длиной примерно 1 метр, проплести на ней круговую бриду из всех 160 концов, подогнать длину этой бриды по размеру головы и вывести дополнительную нить из работы, как это было указано в пункте 1. После этого выполнить по схеме мережку "крестики", навешивая под каждым крестиком (а их получится 40) расширенным креплением нить длиной 1,2 метра, сложенную пополам (40 нитей). В работе 240 концов. Мережку закройте двумя круговыми бридами.

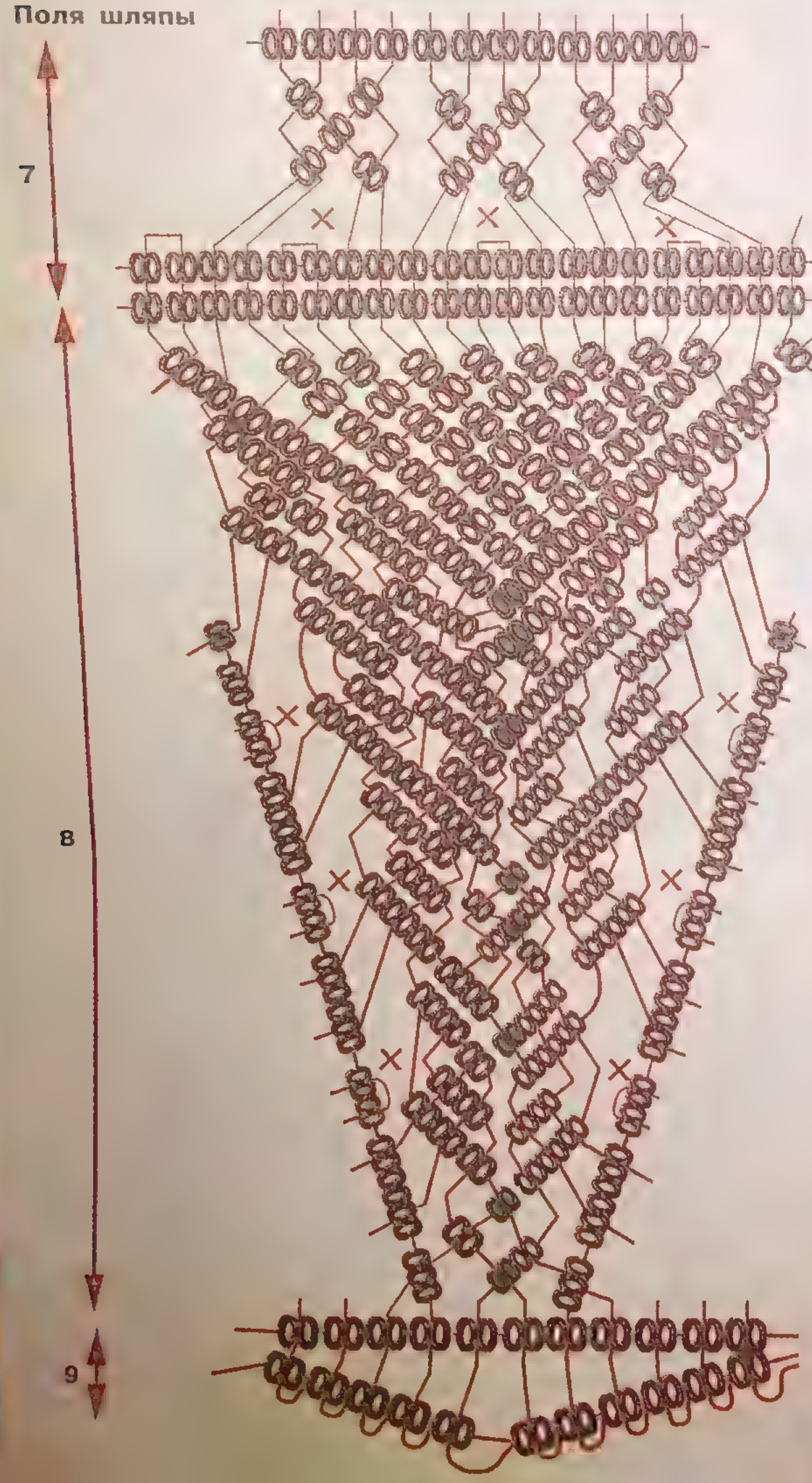
8. Поля состоят из 12 языков (по 20 концов нитей на каждый язык), которые плетутся по схеме. Пространство между языками заполните шахматными сетками, предварительно слегка отодвинув первые бриды сеток от языков и выполняя на первых бридах расширенные репсовые узлы во избежание стягивания полей и сохранения их плоской формы. При этом в указанных на схеме местах навесьте 72 дополнительные нити, подбирая их длину в соответствии с остаточной длиной нитей, уже имеющихся в работе.

9. Заканчиваем шляпу, взяв все нити на дополнительную круговую бриду, и затем, выполнив вторую волнообразную бриду, собираем концы в "чистый край" и постепенно вырезаем их.

Цифры на схемах соответствуют пунктам описания.

Светлана ДОКУЧАЕВА.

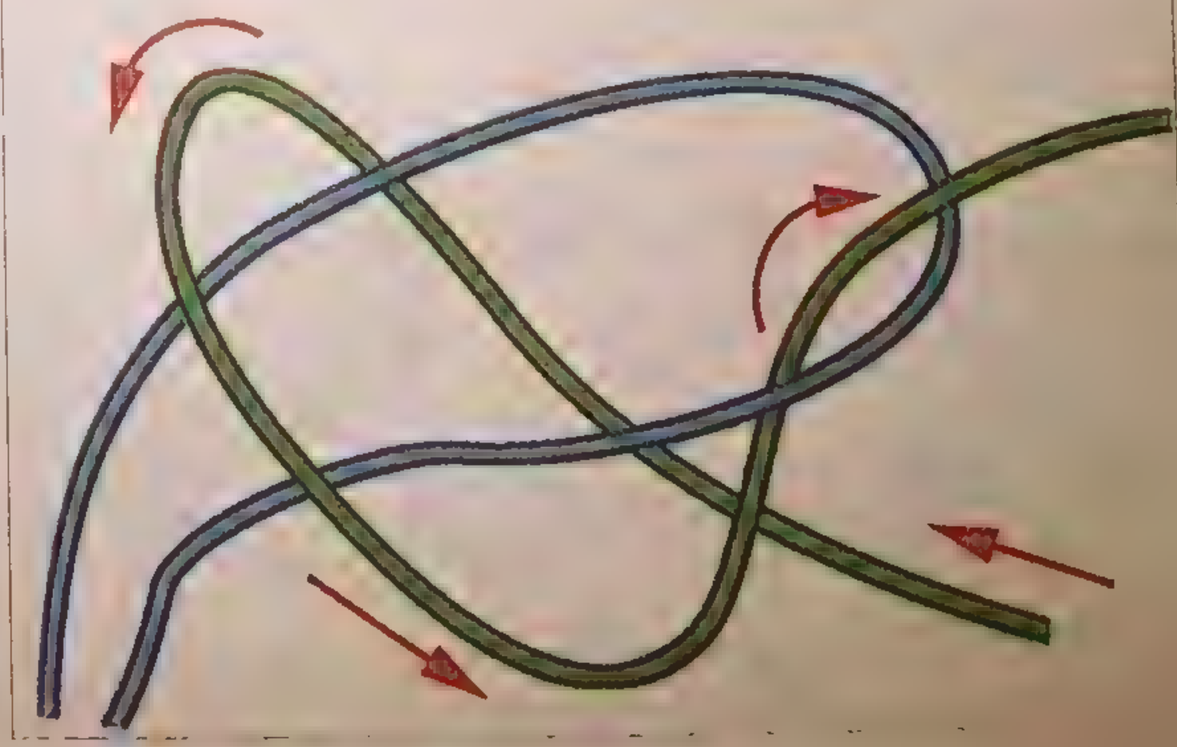
Поля шляпы



УЗЕЛКА НЕ ВИДНО

Мой совет, я думаю, пригодится тем, кто любит вязать. Зачастую при вязании нитка заканчивается или обрывается. Сначала я завязывала обыкновенные узелки, но в случае толстой пряжи выглядели они очень некрасиво. Тогда попробовала соединить нити вот таким способом: заканчивающуюся нить сложите в виде петли, а присоединяемую нить приложите к дальней стороне петли и, огибая ее, проденьте в петлю (как показано на рисунке). Потяните за обе нитки. Таким образом получится очень маленький узелок, который на готовом изделии совсем не будет заметен.

Наталья БЕСПАЛОВА.
с. Новоегорьевское Алтайского края.



ПАННО В ТЕХНИКЕ "ЦЕРКОВНЫЕ ОКНА"

Эта техника используется при изготовлении наволочек, панно, покрывал. Блоки, выполненные этим способом, вставляют в лоскутные жилеты и разные изделия, в которых применяют и другие виды сборки.

Для этого варианта сборки лоскутков существуют и иные названия, например "Витраж", "Кафедральные окна". И действительно, узор в готовом виде напоминает величавые витражи кафедральных соборов.

Как правило, для фона подбирается однотонная прочная ткань, лучше хлопчатобумажная, но замечательно смотрятся и атласные ткани, некоторые виды шелка, тонкая платьевая ткань. Не годятся сильно мнущиеся ткани, слишком скользящие и толстые. Также учитывайте, что вся работа выполняется вручную, поэтому важно, чтобы ткань хорошо прокалывалась и лои

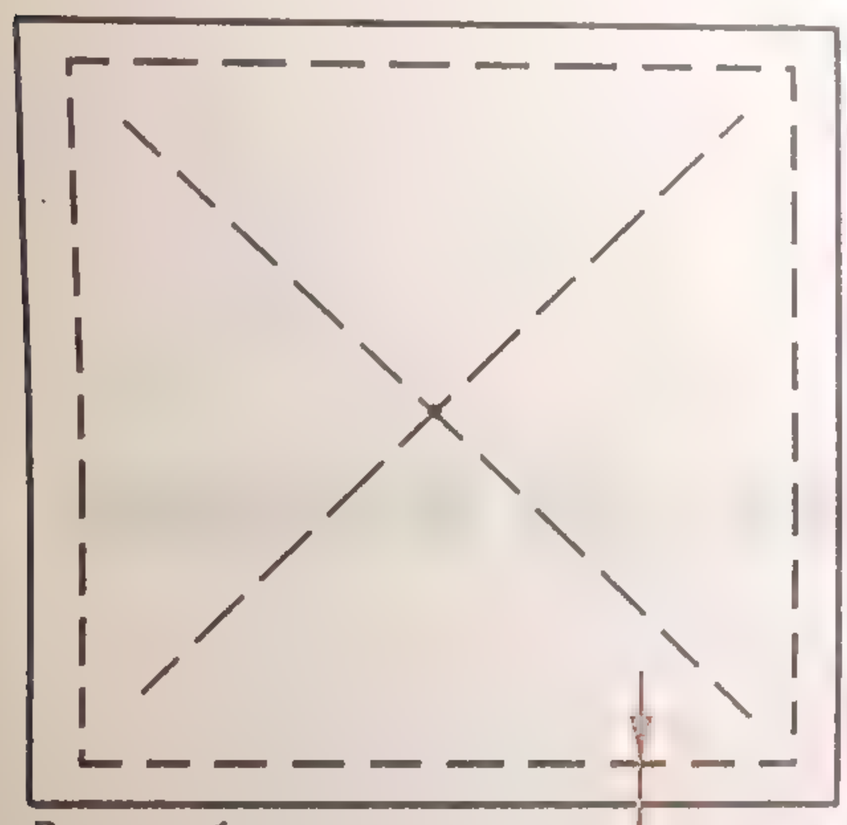


Рисунок 1

Удобно работать с бязью, например, представленное панно выполнено из неотбеленной бязи, которая предварительно выстирана и проглажена. Для отделки подойдет цветная ткань, гармонирующая по цвету с основной.

Из основной ткани нарежьте квадраты с размерами сторон 23х23 см. Для наволочки или небольшого панно достаточно 9 или 16 штук. То есть чтобы в итоге получилось квадратное изделие. Для покрывала может понадобиться 140 и более квадратов. Срезы квадратов подверните на 1,5 см каждый на изнаночную сторону и хорошо заутюжьте. Проверяйте стороны квадратов - они должны иметь одинаковую длину - 20 см.

Последовательность сборки **(рисунки 1-7)**.

Заутюжьте слегка каждый квадрат по диагоналям, чтобы на пересечении сгибов был заметен центр квадрата. К этому центру подгибаем все углы, сводим к одной точке и пришиваем каждый кончик небольшим стежком.

Образовавшиеся новые углы опять подтягиваем к центру, прикрепляем за кончики небольшими стежками. Нитку закрепляем и отрезаем.

Все квадраты собираем аналогично, а затем сшиваем между собой. Складываем два квадрата лицом друг к другу и прошиваем одну из их сторон швом через край. Иголка захватывает по 1-2 мм от бортика каждого квадрата, и небольшие стежки с расстоянием в 2 мм прочно скрепляют детали. Таким образом соберите все квадраты в ряды, а затем ряды - между собой.

Далее на все стыки квадратов поверх швов наколите пестрые квадратные лоскутки. Размер стороны может колебаться от 5 до 6 см. Это зависит от мягкости ткани. Если есть излишки, то вы их сразу заметите. Тогда обрежьте эти 1-2 мм до необходимого размера.

Бортики вокруг каждого пестрого лоскутка подгибаются сверху каждой стороны по направлению к середине, закрывают срез лоскутка и красивой дугой ложатся на пеструю ткань. Потайным швом пришейте все дугообразные бортики, прихватывая иглой и нижнюю ткань основы. Левой рукой придерживайте прошиваемый участок, а правой выполняйте шов.

По углам и краям лоскутного полотна пестрые квадратики укладываются сложенными по диагонали. Но иногда их можно и не пришивать.

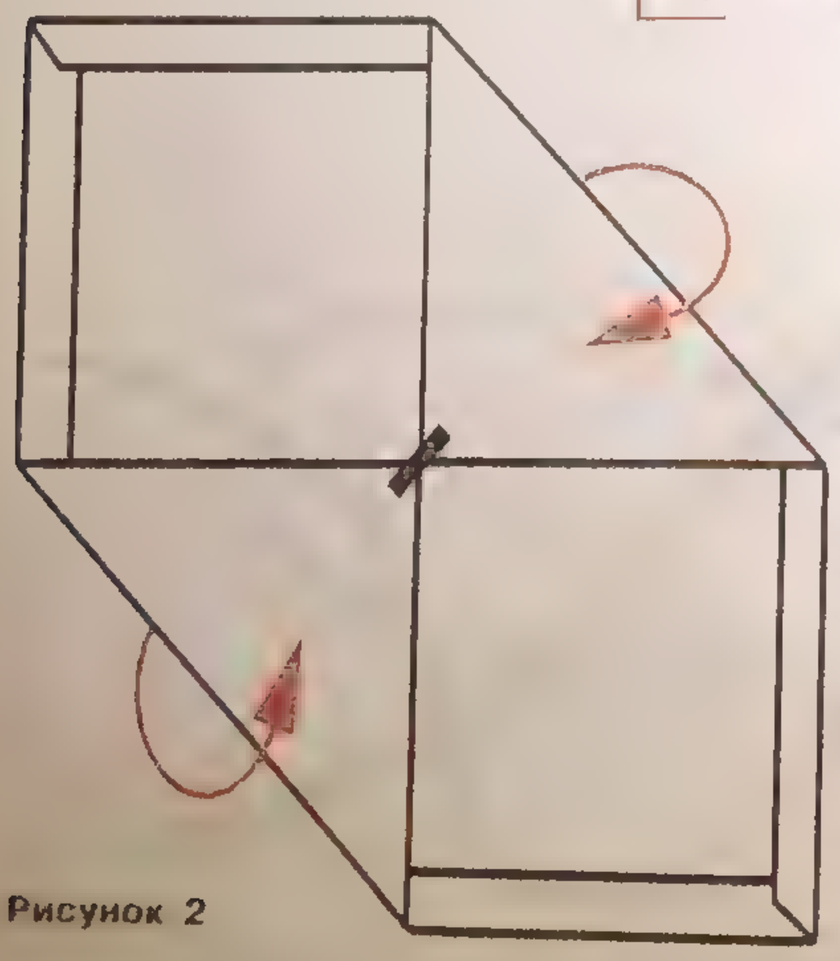


Рисунок 2

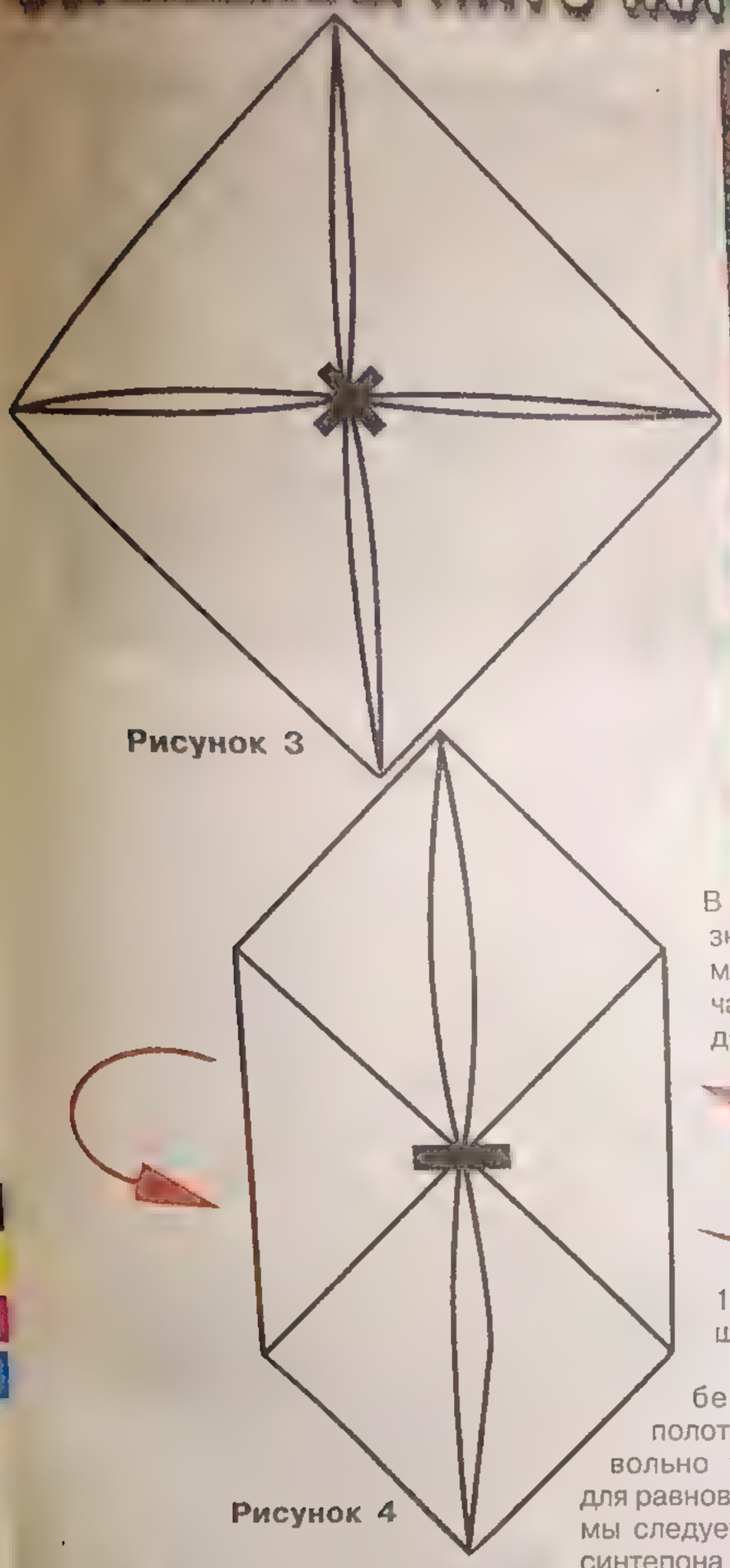


Рисунок 3

Рисунок 4

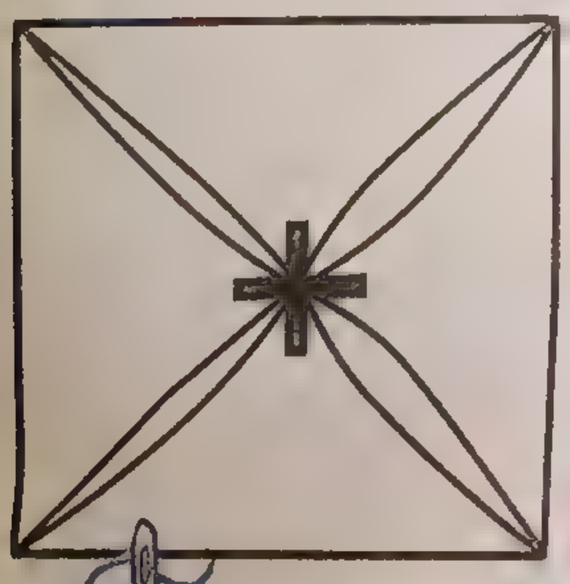


Рисунок 5

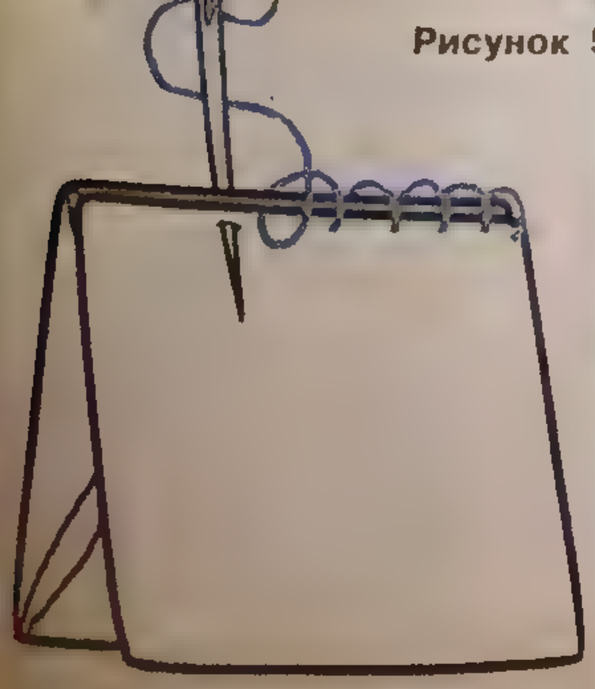


Рисунок 6

В панно большое значение имеет кайма. В данном случае она состоит из двух тканей - голубой и белой. Полоски голубой ткани по ширине в готовом виде равны 1 см, белая имеет ширину 8 см.

При таком способе сборки деталей полотно получается довольно толстым, поэтому для равновесия под ткань каймы следует подшить полоски синтепона с изнанки. Кайму украсьте стежкой, декоративными швами, шнурами и другими видами отделки. Закройте изнаночную сторону тканью и пришейте окантовку по всему периметру. На изнанку изделия нашейте вручную потайным швом полоску ткани шириной 7-8 см - это "рукав" для деревянной рейки. Прикрепите к рейке шнур или прочную тесьму и повесьте панно на стену.

Лариса БАНАКИНА.

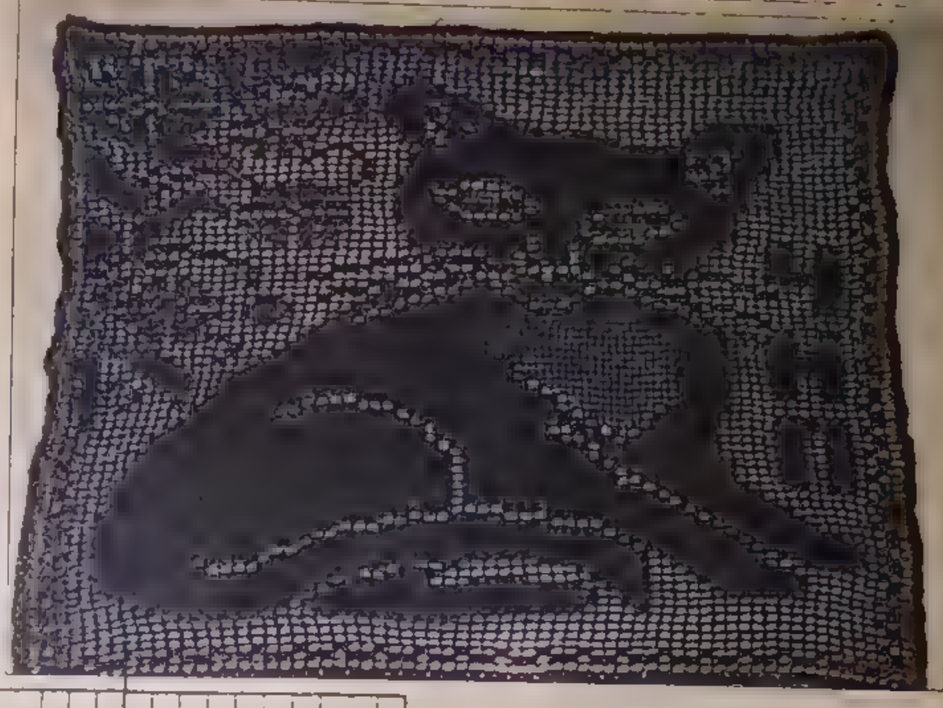
Рисунок 7

ВЫПРЯМЯТСЯ СПИЦЫ, ИГОЛКИ ЗАБЛЕСТЯТ

- **Выкройки лучше делать из детской клеенки - если вы ими пользуетесь часто, они долго вам прослужат.**
- **Стачивая джинсовую ткань, верхнюю нитку заправьте вдвое.**
- **Строчка будет ровной и красивой, если нитка в челноке на номер тоньше верхней.**
- **Толстый материал легче шить, если смазать иголку мылом.**
- **Место надсечек не будет осыпаться, если срезы укрепить бесцветным лаком.**
- **К тонкой ткани пуговицы пришивайте более плотно, к толстой - более свободно. Если отверстия сквозные, нитки выбирайте в цвет пуговицы, для пуговиц с "ножкой" - в цвет ткани.**
- **Погнувшиеся пластмассовые спицы можно выпрямить, опустив в кипяток и сразу же полив холодной водой.**

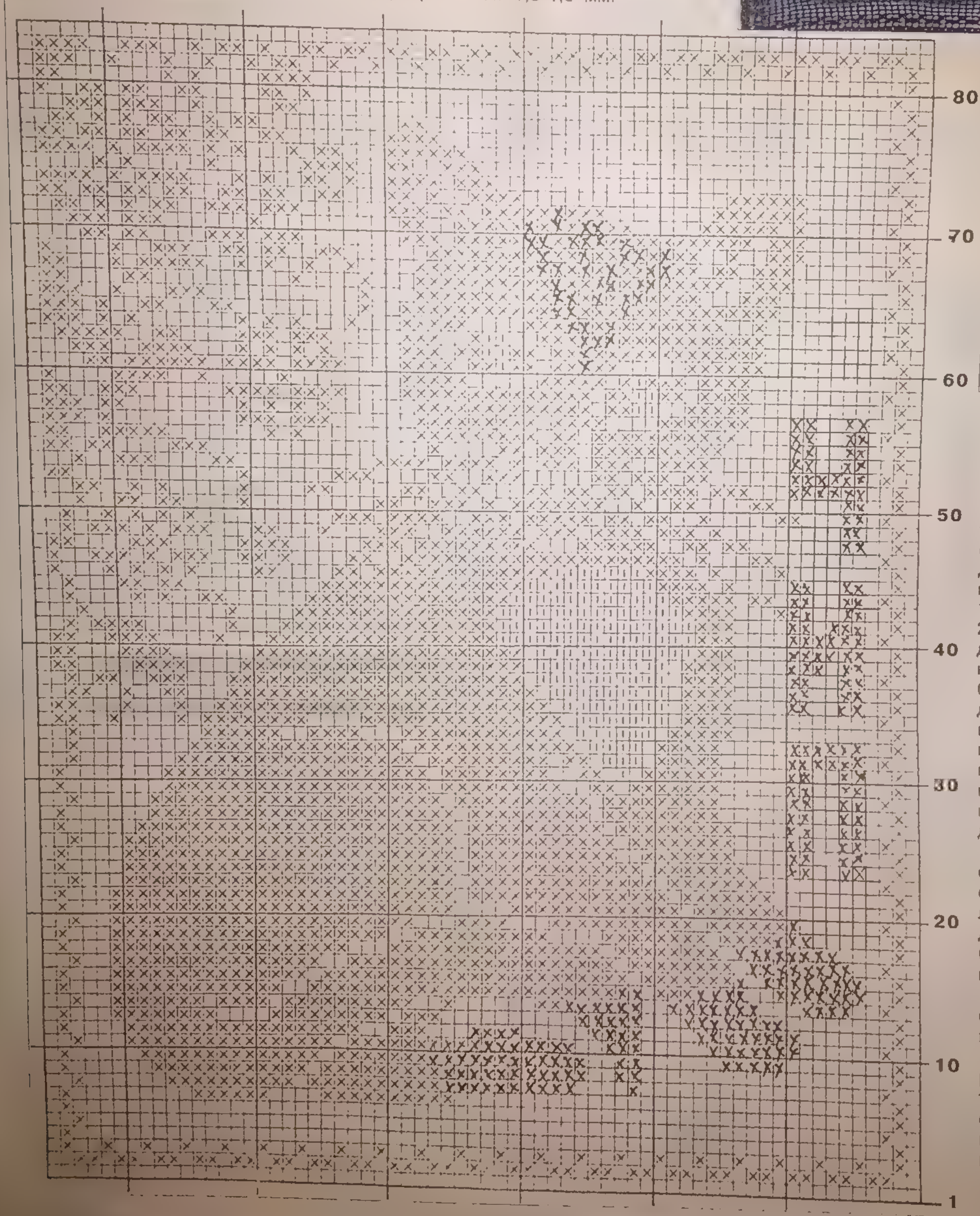
Марина ГОРЕНСКАЯ.
с. Старый Акульшет Иркутской области.

КОТИК НА САЛФЕТКЕ



С помощью крючка вы очень легко свяжете такую замечательную салфетку, которой можно накрыть подушку-думку, просто положить ее на столик.

Для салфетки размером 50 на 50 см вам потребуется 100 г черной пряжи типа "Ирис" (4 клубочка по 25 граммов), крючок № 1,3-1,5 мм.



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

- столбик с накидом, 2 воздушные петли
- 3 столбика с накидом
- столбик с накидом, воздушная петля, столбик с накидом, воздушная петля.

Описание работы

Свяжите цепочку из 199 воздушных петель и 3 воздушных петель подъема. Продолжите работу по схеме филейным узором. Для каждой пустой клеточки нужно вязать 1 столбик с накидом и 2 воздушные петли, для каждой заполненной клеточки - 3 столбика с накидом. Каждый ряд начинайте с 3 воздушных петель подъема и заканчивайте 1 столбиком с накидом в воздушную петлю подъема предыдущего ряда.

Готовое изделие обвяжите столбиками с накидом, начиная с любого угла, сделав дополнительно 2 столбика с накидом для поворота.

По желанию можно обвязать фасонной каймой.

Готовую салфетку растяните, предварительно увлажнив и оставив до полного высыхания под влажной тканью.

Мария КОЗЛОВА.

ЦАРСКИЙ ТРОН ИЗ СТАРОГО СТУЛА

У вас старые стулья на даче или в городской квартире. Вам не нравится их вид? Это поправимо. Не спешите выбрасывать даже самые устаревшие модели со стертой краской и протертым сиденьем.

Конечно, можно их перекрасить и перетянуть ткань. Это традиционный метод обновления мебели. Попробуйте сделать иначе - придайте старым стульям новый вид при помощи чехлов различной формы, расцветки, фактуры. Для этого потребуются ткань, тесьма, нитки, швейная машина.

Проще всего сшить две тонкие подушки по размерам сиденья и спинки, которые прикрепляются к стулу декоративными ремешками из ткани или кожи. Не обязательно покупать новую ткань. Довольно интересно будут выглядеть такие подушки из джинсовой ткани или рогожки с небольшими кожаными элементами, тентовой ткани в яркую полоску или клетку.

Если у вас есть свободное время, сделайте чехол в лоскутной технике. В любом доме найдутся цветные кусочки ткани. На рисунке показаны короткие чехлы, изготовленные по форме стула. В одном случае чехол можно украсить бантиками, рюшами. В другом - использовать для окантовки контрастную тесьму.

Снимаются и надеваются декоративные чехлы довольно легко - используются пуговицы, молнии, резинки, "липучки". Более оригинально смотрятся чехлы, закрывающие весь стул. Шьются они как одно изделие или из двух полотнищ - одежда для спинки и "юбка" для нижней части. "Юбочка" может быть короткой или длинной, гладкой или в складку, сборку. Для таких чехлов используйте более мягкий материал, позволяющий создать необходимую форму. Подойдите к пошиву чехла, как к выбору модной и удобной одежды. Каким ему быть, зависит и от вашей фантазии - с четкими и жесткими формами или с мягкими контурами. Различная отделка - бейки, канты, рюши, кожаные ремешки, пуговицы или пряжки - придаст стильность старому стулу. Если спинка стула поломана или слишком низкая, ее можно увеличить при помощи фанерной или пенопластовой вставки, прикрепляемой к существующей конструкции. Почему бы не создать себе "царский трон", используя классические формы, цвета и орнаменты? Рад будет и ребенок, если на его маленьком стульчике изобразить какого-либо сказочного героя при помощи яркой аппликации.

Перед покупкой материала для чехлов создайте эскиз и схему пошива, сделайте правильный расчет количества необходимого материала. Для этого измерьте все габариты стула. Зная ширину покупаемой ткани, определите ее необходимую длину. Так, для прямого короткого чехла вам потребуется не менее 1,2 м ткани, а для длинного - примерно 2 м при ширине полотна 0,9 м. Количество материала определяется в каждом конкретном случае.

Кстати, "зачехляют" не только старые стулья. Мебельные чехлы всегда использовались для защиты от выгорания, пыли, для обновления интерьера.

Светлана МЕЩЕРЯКОВА.

КАМЫШОВАЯ ЗАНАВЕСКА

Рисунок 1

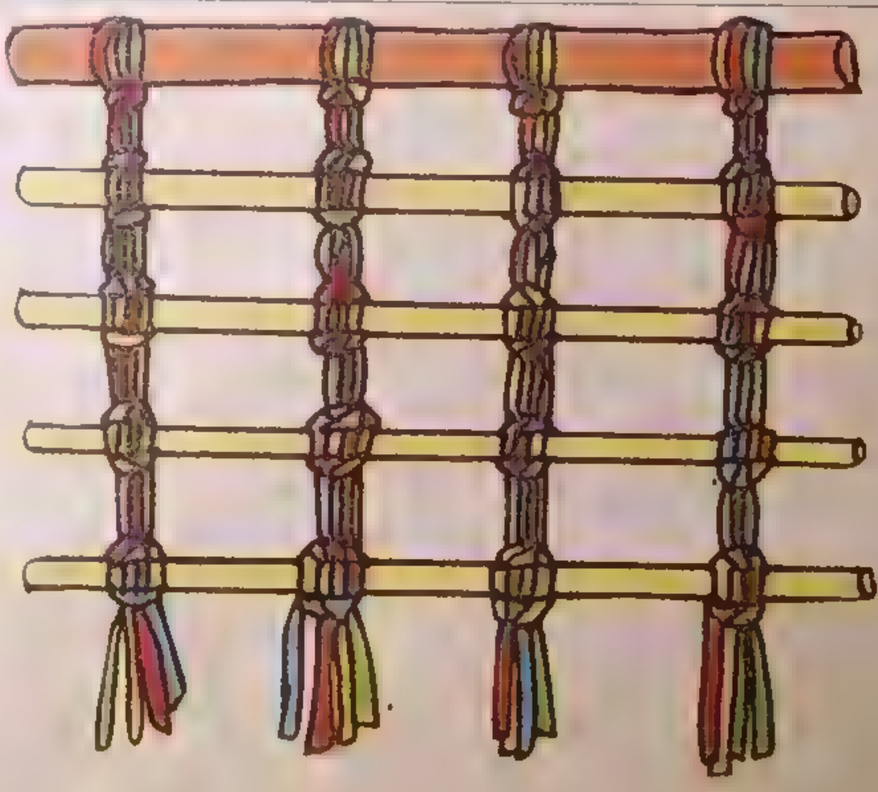


Рисунок 2

Я хочу рассказать о занавесочке-жалюзи, которую легко можно сделать самому из тростника, камыша, тоненьких реечек. Такие занавески прекрасно защищают окна от яркого солнца, а делать их просто и быстро.

Набираете материал - камыш, тростник, обрезаете его так, чтобы все прутья были одинаковой длины и толщины. Затем берете реечку потолще - это верхняя основа. Привязываете к ней 3-4 двойные нити. Вместо нитей можно использовать цветную тесьму, ленты **(рисунок 1)**. Завязываете на нитях узелки, под узелки - тростинку и снова завязываете узелки **(рисунок 2)**. И так столько тростинок, сколько требуется. Дальше все зависит от вашей фантазии. Можно покрыть камышинки лаком, покрасить, нарисовать любой узор.

Алена ДУЛЬКОВА. Екатеринбург.

ВИТАМИННЫЕ АППЛИКАЦИИ

Вот и наступило долгожданное теплое время года. Используйте его для интересных занятий с детьми на свежем воздухе. Дети не только закрепят знания об овощах, фруктах, ягодах, сделают на эту тему аппликации, но и украсят ими дом, дачу, веранду. Вы, наверное, никогда не занимались "витаминными" аппликациями. Ну так попробуйте!

Рисунок 1

Выполнение аппликаций потребует определенного умения, связанного с вырезанием разнообразных форм. На помощь могут прийти геометрические фигуры. Заготовьте бумагу так, чтобы легко было вырезать. Например, чтобы вырезать морковку, достаточно взять прямоугольник, с одной стороны срезать углы, а стороны срезать в одну точку. Круглым формам поможет квадрат. Для этого от середины стороны квадрата срезают угол до середины другой стороны. Этот же прием поможет вырезать сердцевинки цветов, вишенки, смородинку, виноград, арбуз, баклажан.

Другой прием - работа по эскизу, составленному взрослыми. С их помощью дети смогут выполнять различные аппликации. Эскиз заготавливается в двух экземплярах: один для контроля, из второго буде-

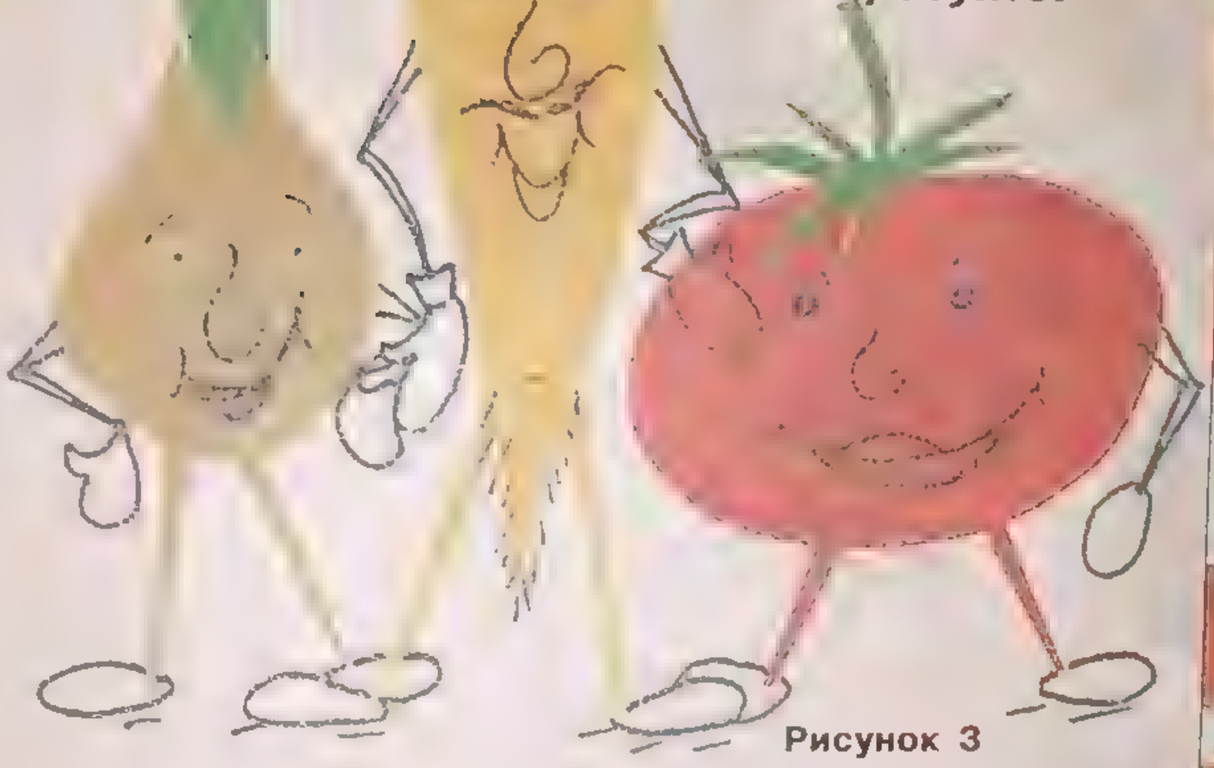


Рисунок 3

те вырезать все детали. Каждую вырезанную деталь лицевой стороны наложите на обратную сторону цветной бумаги, обведите и вырежьте, затем соберите всю аппликацию на фоне. Сделать это легче, если заранее на фон переведен эскиз. Все подготовленные детали уложите прямо на эскиз, уточните цветосочетания и наклеивайте в определенной последовательности: наиболее удаленное - в первую очередь, постепенно приближаясь к переднему плану. Не забудьте высушить аппликацию под грузом.

Маргарита ГУСАКОВА.

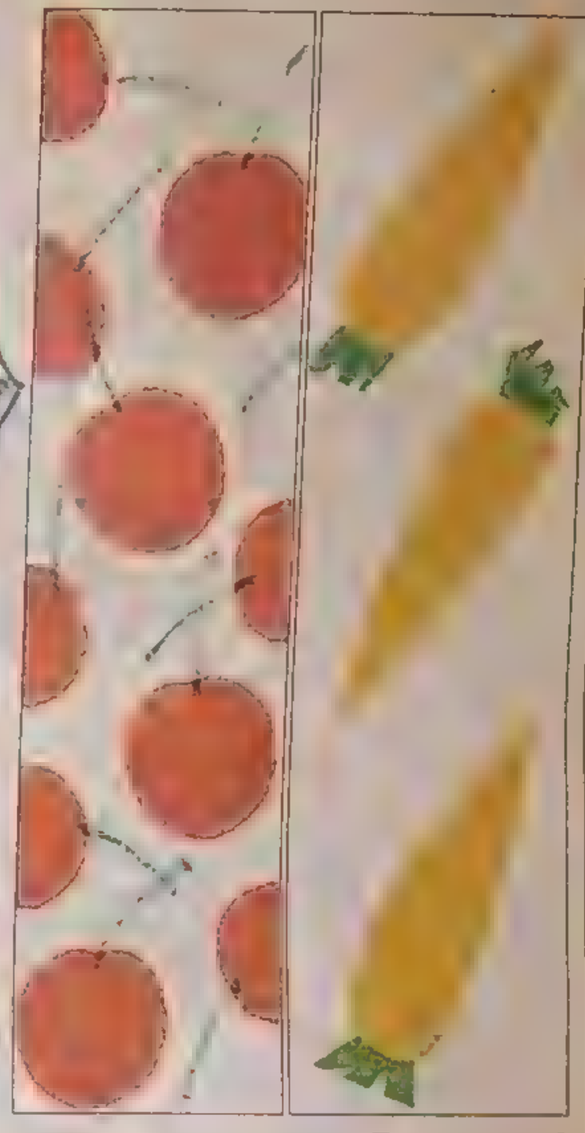


Рисунок 4

Рисунок 2

ОСТРЫЕ КИСТОЧКИ

Как рисовать по дереву, чтобы краски не расплывались? Какими кисточками?

Все зависит от того, с какой древесиной вы работаете. Дуб, бук и древесина любых других твердых пород не нуждается в какой-либо предварительной подготовке. А вот на хвойных, березе, особенно если рисовать поперек волокон, краска может расплыться, если только не будет густой. Самый простой способ - загрунтовать деревянную поверхность олифой, лаком НЦ или "серебрянкой" (алюминиевой или бронзовой пудрой), разведя ее тем же лаком или олифой. По загрунтованной поверхности рисовать очень легко. Использовать можно как обычные художественные краски, так и гуашь, "нитру", акриловые. Кстати, золотистый или серебристый грунт послужит отличным фоном. Кисти для рисования по дереву в принципе обычные. Но иногда мелкие кисточки приходится дорабатывать, чтобы они стали тоньше и оставляли очень тоненькую линию. Для этого окуните кисть в какой-нибудь клей, который потом можно будет размочить водой, или в нитролак и придайте кисточке копьевидную форму. Когда клей (лак) засохнет, аккуратно заточите слипшиеся волоски надфилем - сперва обычным, потом "бархатным". Затем размочите кисть в воде или ацетоне и, смыв лак или клей, высушите.

Александр БОРИСОВ, художник.

Шеф-редактор Наталья КРАВЧЕНКО.

Сборник подготовлен по материалам газеты "Друг дома".
Учредитель - ООО "Редакция газеты "Фаворит".
Материалы, отмеченные знаком (К), печатаются на рекламной основе.
Газета "Волшебная ниточка" принимает заказы на размещение рекламы по тел. (095) 229-88-22. Ответственность за содержание и достоверность рекламы несут рекламодатели.
Перепечатка и иное использование материалов "Волшебной ниточки" без разрешения редакции запрещается и преследуется по закону. В переписку с авторами редакция не вступает.

Газета "Волшебная ниточка" выходит с октября 2002 г.
Регистрационный номер ПИ № 77-12212 Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Адрес редакции: 125009, Москва, М. Гнездниковский пер., 12/27, стр. 3. Тел. (095) 229-84-59.
Факс (095) 292-83-65. E-mail: drugdoma@megcon.ru
Для желающих распространять газету тел. (095) 229-87-98, 229-76-51.
Отпечатано в ЗАО "Красногорская типография".
Тираж 24800 экз. Заказ № 1045

ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТАЙНЫ ЧУДЕСА

ПОКА МЫ ВЕРИМ В ЧУДО, МЫ ЖИВЕМ

№23 (175)

2002 г.

ПОНЕДЕЛЬНИК

КАК ЗЕМЛЯНИН УГНАЛ

«ИХ ЗАБРАЛИ ГОРЫ»

Стоит ли актерам бросать вызов судьбе

Стр. 4

«ПРЕДЧУВСТВИЕ»

Внутренний голос – не дан избранных. Как его услышать КАЖДОМУ ИЗ НАС?

Стр. 9

Стр. 9

Стр. 12

«ЭТО МНЕ НЕ С РУКИ»

Стр. 2

Стр. 13

НЛО

НЕУЖЕЛИ ПРОБРАТЬСЯ НА ТЕРРИТОРИЮ
И ВЗЛЕТЕТЬ ЧЕЛОВЕКУ ПО СИЛАМ?
НО КАК?

Распахни ОКНО в мир тайн и чудес

ПОДПИСКА
на 1-е полугодие 2003 г.
ПРОДОЛЖАЕТСЯ

ЭТО МНЕ НЕ С РУКИ?

ЗАКОН СТОРОНЫ

Сенсация в области практической психологии: группа американских ученых из Принстонского университета вывела "закон стороны".

То есть методику, позволяющую любому человеку выведать потайные стороны характера и намерения своего партнера или собеседника.

Вам никогда не приходилось попадать в ситуации, когда вы говорили: "Это мне не с руки" или, если день пошел наперекосяк, оправдываться тем, что сегодня вы "встали не с той ноги"? Наверняка! Так вот, группа ученых и аспирантов Психофизиологической лаборатории Принстонского университета (Принстон, штат Нью-Джерси) доказала: народная мудрость имеет под собой вполне реальные обоснования.

Вот что поведал **руководитель группы профессор Джордж Маккенрой.**

- Наша лаборатория по изучению психомоторных рефлексов провела ряд экспериментов, в ходе которых проявилась четкая закономерность. Именно она и легла в основу так называемого закона стороны. Открытый закон, если перевести его с научного языка на бытовой, очень прост: любой человек подсознательно выражает свои чувства, мысли и намерения выбором правой или левой стороны. Мы всегда стоим перед альтернативой - "налево или направо". Конечно,

Неужели у каждого из нас есть "сторона доверия" и "сторона обороны"?

тельно после университетской скамьи ушел работать в спецслужбы. Но стал не "рыцарем плаща и

говорили, и вовсе ушел работать к американским "силовикам". Как объяснил мне Маккенрой, и за океаном подобные структуры отдельных служителей науки не то чтобы пугают, но отталкивают. Именно этой причиной - мягко и интеллигентно - профессор объяснил другу свои эмоции. А затем поинтересовался: неужели его настороженность была столь заметна?

Друг, нисколько не обидевшись, рассказал свою историю. Стивен, как условно называет своего знакомого Маккенрой, действи-

Девочки - налево, мальчики - направо

Действительно, левое полушарие нашего мозга отвечает за эмоции, интуицию, а правое - за логику, способности к точным наукам, анализу.

роны предпочитает садиться или стоять интересующий вас человек - слева или справа. Так вот, моссадовцы считают, что с тем, кто держится все время правой стороной к собеседнику, ухо нужно держать востро. Если он только не левша...

чин оборонительная сторона - правая, поэтому именно правой рукой он реагирует на опасность - например, достает оружие или бьет. И поэтому исстари мужское одеяние было рассчитано на это свойство: дать возможность действовать правой рукой.

А вот у женщины оборонительная сторона расположена слева. Именно поэтому прекрасный пол так часто окрашивает все в эмоциональные тона и обладает прекрасной интуицией. Традиционная женская одежда отражает именно эту закономерность и конструируется под действия левой руки. Причем это вовсе не значит, что женщина не способна мыслить логически или решать сложные задачи.

Для ясности восприятия следует пояснить: в дальнейшем мы с Маккенроем договорились описывать действие закона и соответствующие методики исходя из того, что объектом будет мужчина-правша. А уж читатели сами смогут потом позиционировать - женщин, левшей и т.д.

Закон стороны подтвердился в ходе следующего эксперимента. В комнате установили Т-образный стол, за которым обычно проводят совещания. Специально нанятый человек изображал "начальника". Участники эксперимента - студенты местной театральной школы - должны были как можно убедительнее рассказать ему о себе. Половина добровольцев должна была говорить правду, а другая - рассказать выдуманную историю.

При входе в комнату им пред-

ны. Открытый закон, если перевести его с научного языка *на бытовой, очень прост: любой человек подсознательно выражает свои чувства, мысли и намерения выбором правой или левой стороны. Мы всегда стоим перед альтернативой - "налево или направо". Конечно, когда для такого выбора есть логические предпосылки - например, билет на определенное кресло или наличие ограниченного свободного пространства, выбор делается сознательно. Но вот когда с точки зрения логики предпочтение одной из сторон не имеет принципиального значения, вступает в силу открытый мной закон. Дело в том, что у каждого из нас есть "сторона доверия" и "сторона обороны". Наблюдая за тем, какой стороны предпочитает держаться к вам человек, можно определить, доверяет ли он вам, верит ли в те идеи и проекты, которыми вы увлечены.*

Шпионы - как мы

Начать подробные исследования "проблемы сторон" Маккенроя побудила неожиданная встреча. В июле 1999 года он после отпуска, проведенного в Европе, возвращался домой. В салоне самолета он, к своему большому удивлению, столкнулся со старым университетским товарищем, которого не видел уже много лет. Мало того, оказалось, что и билеты у них были на соседние места. Когда же Маккенрой предложил поменяться местами, чтобы, как ему казалось, было удобнее разговаривать, друг неожиданно спросил, уж не боится ли его уважаемый профессор?

Дело в том, что Джордж действительно был слегка насторожен по отношению к бывшем однокашнику. Еще в студенческие времена тот работал над какими-то секретными пентагоновскими проектами. А после окончания университета,

"Сторона доверия" и "сторона обороны"?

тельно после университетской скамьи ушел работать в спецслу́жбы. Но стал не "рыцарем плаща и кинжала", а продолжал заниматься наукой. Его деятельность была посвящена в основном разработке и усовершенствованию психологических приемов, необходимых при вербовке агентов и выуживании информации. К тому же Стивен консультировал коллег из соответствующих структур других стран.

Он рассказал, что особенно его заинтересовал огромный опыт в психологии у сотрудников израильской секретной службы Моссад - одной из самых мощных развед-служб мира Именно там ему и поведали про этот прием: всегда внимательно следить, с какой сто-

За долгие годы эволюции сложилось так, что у мужчин и женщин сформировались свои оборонительная и соответственно доверительная стороны. У муж-

лагалось сразу выбрать, с какой стороны приставного стола занять место. А следовательно, определить сторону, которой они были бы повернуты к своему слушателю.

Выяснилось, что рассказчики выдуманной истории в 85 процентах случаев предпочитали сесть к "начальнику" правой стороной. Ведь их задача была сложнее - излагая вымысел, важно не перепутать детали и сконцентрироваться на том, чтобы правильно ответить на каверзные вопросы собеседника. А вот большинство из тех, кто должен был изложить истинные факты, предпочитали подставить левую сторону. То есть их не заботила логика повествования - гораздо важнее было передать собственные эмоции.

Семья - замкнутая оборонительная система

Еще одним этапом исследований стал подробный статистический анализ семейных фотографий двухсот супружеских пар. Причем на половине снимков были изображены супруги, которые вскоре после того, как сфотографировались, развелись. На остальных - те, чей брак был крепким и оценивался самими супругами как определенно счастливый. Если следовать положению закона стороны, идеальная пара должна держаться друг к другу стороной доверия, составляя для внешнего мира как бы единое целое: доверяя своему партнеру и держась вовне оборонительной стороной.

После компьютерной обработки изображений выяснилось, что люди из разведенных пар, как правило, держались друг к другу как раз оборонительными сторонами. То есть [illegible] у ними был [illegible] [illegible] же [illegible] что накануне раз[illegible] [illegible] по отношению к партнеру несколько насторожен-

С тем, кто держится все время правой стороной к собеседнику, ухо нужно держать востро. Если он только не левша...

сить мнение собеседника об интересующем вас деле.

Сделать это нужно с таким расчетом, чтобы как раз в момент выбора, с какой стороны обходить препятствие, он одновременно обдумывал бы ответ на вопрос. Если он скажет, что идея ему нравится и он полностью вам доверяет, но при этом предпочтет держаться к препятствию оборонительной (правой) стороной, есть смысл подумать над искренностью его слов. Возможно, тогда, вызвав его на откровенность и уличив в недоверии, удастся "малой кровью" разрешить те разногласия, которые потом могут перерасти в крупный конфликт.

В свою очередь, сами, при разговоре на конфликтную тематику, поняв, что ваш собеседник повернут к вам оборонительной стороной, старайтесь действовать логично и конструктивно, приводя в подтверждение своих слов сугубо рациональные доводы. Если же к вам повернуты стороной доверия, старайтесь наладить, развить и укрепить эмоциональный контакт. Покажите, что и вы, в свою очередь, доверяете человеку.

- В том случае, когда вам по работе приходится общаться с большим количеством посетителей, принимая их у себя в кабинете, также создайте возможность для проявления закона стороны. Например, поставьте к своему столу дополнительный так, чтобы клиент, посетитель или подчиненный могли выбирать, какое положение им занять, прежде чем они изложат свое дело. Теперь вы сразу сможете вычислить человека, который на словах готов с вами сотрудничать, но держится к вам оборонительной стороной.
- Тем же, кому приходится по роду деятельности проводить у себя совещания, можно посоветовать не закреплять за их постоянными участниками определенных мест. И каждый раз настаивать на том, чтобы пришедшие на совещание садились так, как

СТЕНА ПРИЗРАЧНОГО ОГНЯ

ЗА ГРАНЬЮ ВОЗМОЖНОГО

Почему все живое бежит в панике?

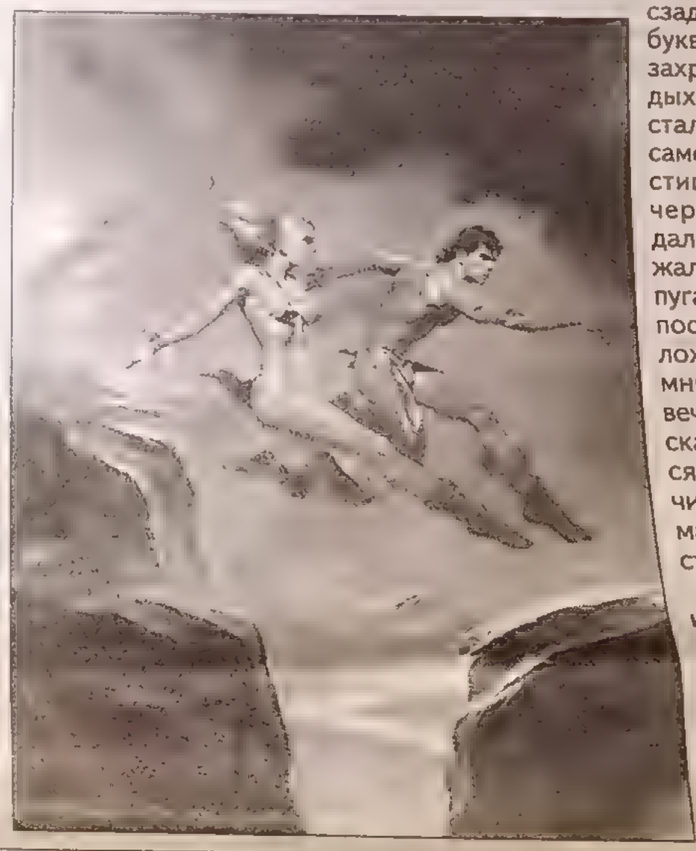
Это странное, загадочное явление называют по-разному: "красная мгла", "багровый туман"...

Новосибирский инженер Вадим Федосеев столкнулся с этим загадочным явлением во время таежной экспедиции новосибирских и томских физиков в конце лета. Он возглавлял тогда небольшую группу из 11 научных сотрудников, целью которой было изучение района падения знаменитого тунгусского метеорита. Но предварительно для тренировки и проверки людей на совместимость экспедиция направилась совсем в другую сторону - на север. Есть там небольшое озерцо, скорее, даже болото, и в нем кое-кто наблюдал некую чертовщину...

На третий день пути подошли к гряде невысоких холмов и решили сделать привал на хорошо продуваемой и почти безлесной вершине одного из них. И вот когда Вадим Федосеев с коллегами поднялись на нее, то увидели внизу нечто невероятное: все пространство в северной части горизонта было заполнено бурлящей огненной лавой - так, во всяком случае, показалось членам экспедиции. Из этого безграничного огненного моря вырывались огненные клубы,

Бегущая почувствовала, как ее окружает

в Казахстане, когда ей было 14 лет. Отец, разъезжая на грузовике по своим делам, оставил дочку у бабушки в Базар-Тюбе (ныне - Базар-Чулан), где она помогала той работать на бахчах.



ка оглядывалась назад и видела, что стена огня догоняет ее! Это в конце концов и произошло. Бегущая почувствовала, как ее окружает оранжевая мгла. Потом сзади послышался топот и буквально у девичьего уха захрипело чье-то тяжелое дыхание. Бегущая перестала оглядываться. А у самого поселка пелена настигла девочку, прошла через нее и помчалась дальше. За девочкой бежал, как ошалелый, перепуганный верблюжонок. В поселке начался переполох, даже старики не помнили такого явления. К вечеру приехал отец и рассказал, что тоже встретился с пеленой огня, не причинившего никакого вреда машине. Хотя в ее кузове стояла бочка с бензином.

Если бы это был мираж или оптический обман, могли он так перепугать животных? С какой же скоростью мчалась эта стена призрачного огня без ветра, если за 15-20 минут она пролетела от горизонта до бахчи?

Странное и пока необъяснимое "огненное" явление не только обращает в бегство людей и настигает их, но и само [illegible]

как раз оборонительными сторонами. То есть между ними был нарушен эмоциональный контакт. К тому же нетрудно понять, что накануне развода люди держатся по отношению к партнеру несколько настороженно и отстранено, что и вызвало интуитивное применение конфликтующими супругами закона стороны. А вот в крепких браках, наоборот, пары выбирали по отношению друг к другу стороны доверия, то есть демонстрировали, что не только до конца верят своему партнеру, но и испытывают к нему эмоциональную привязанность.

собеседнику, ухо нужно держать востро. Если он только не левша...

Теория теорией, главное - практика

На основе результатов, полученных учеными, была выпущена книга "Практика применения закона стороны". Специально для наших читателей профессор Маккенрой выбрал из нее несколько простейших рекомендаций.

• Для начала следует узнать, левша или правша интересующий вас человек. Так как у мужчины-левши оборонительная сторона расположена слева, а у женщины-левши - справа.

• *Чтобы правильнее истолковать действие закона стороны, продумайте условия, при которых он будет работать как можно вернее. То есть реакция того, за кем вы наблюдаете, должна быть подсознательной, избавленной от влияния внешних факторов. Положим, вы никак не можете уловить отношение вашего делового партнера к какому-либо вопросу. Пригласите его на прогулку, например в парк.*

• *Во-первых, нерабочая обстановка позволит растормозить рефлексы, и, отвечая на вопрос, ваш партнер скорее проявит действие закона стороны. Дождитесь, пока перед вами возникнет какое-либо препятствие, например большая лужа. Тогда самое время спро-*

сторонами.

• Тем же, кому приходится по роду деятельности проводить у себя совещания, можно посоветовать не закреплять за их постоянными участниками определенных мест. И каждый раз настаивать на том, чтобы пришедшие на совещание садились так, как им будет удобнее. Тогда, наблюдая за тем, что говорится в ходе планерки, и соотнося это с местом, выбранным говорившим, можно достаточно четко представлять себе обстановку в рабочем коллективе и, следовательно, контролировать ее. И выбирать соответствующую тактику своего поведения в нем.

• В семейных отношениях лучше всего закон стороны проявляется в постели. Ведь именно во время сна, когда человек наиболее уязвим и беззащитен, проявляются его истинные чувства к партнеру. Если он вам полностью доверяет, не ждет от вас подвоха или измены и, в свою очередь, сам не дает поводов для этого - он скорее всего выберет по отношению к вам сторону доверия.

• Если это еще не семейные отношения, то опять же можно легко проверить, удалось ли вам пробудить чувства у потенциальной "половины". Как правило, в начале романа все мы держимся по отношению друг к другу несколько настороженно. Так что можно смело сказать, что молодой человек добился у девушки успеха, если он начинает предпочитать по отношению к нему сторону доверия.

• *Закон стороны универсален еще и тем, что позволяет не только разово прояснить какой-либо вопрос. С его помощью можно проверить, "растоплен ли лед" в отношениях, удалось ли вам убедить собеседника в своей правоте. Для этого нужно просто незаметно по ходу своих действий снова и снова выявлять, какую из сторон выбирает собеседник: доверия или обороны. Применяя наши рекомендации, вы сможете сделать открытый закон беспрецедентным орудием успеха.*

По материалам Интернета.

Федосеев с коллегами поднялись на нее, то увидели внизу нечто невероятное: все пространство в северной части горизонта было заполнено бурлящей огненной лавой - так, во всяком случае, показалось членам экспедиции. Из этого безграничного огненного моря вырывались огненные клубы, похожие на протуберанцы, и, что самое страшное, вся эта огненная масса стремительно поднималась вверх, к лагерю исследователей.

Бегущая почувствовала, как ее окружает оранжевая мгла.

Наверное, физики тогда побили все рекорды бега по пересеченной местности. Отбежав на безопасное расстояние, около часа приходили в себя, обмениваясь самыми фантастическими предположениями.

А вот жительнице Петербурга Н.Х.Ланговой убежать не удалось. Случилось это

Чулан), где она помогала той работать на бахчах.

В то утро стояла прекрасная безветренная погода, жарко пекло солнце. Девочка выпрямилась, чтобы отдохнуть, и вдруг увидела далеко у горизонта что-то похожее на тучку. Они с бабушкой порадовались, что, может, к вечеру будет дождь, и снова склонились над грядками. А через 15-20 минут совсем близко подошла огненная пелена, застилающая все вокруг. Она уходила в бесконечность - вправо, влево, вверх. И быстро неслась в направлении поселка! Бабушка крикнула, чтобы девочка бежала в поселок. Ей же все равно было не добежать. И она осталась на бахчах.

Бежать предстояло примерно 4 километра. Несколько раз девоч-

или оптический обман, могли он так перепугать животных? *С какой же скоростью мчалась эта стена призрачного огня без ветра, если за 15-20 минут она пролетела от горизонта до бахчи?*

Странное и пока необъяснимое "огненное" явление не только обращает в бегство людей и настигает их, но и само убегает от преследования. Подобный случай произошел в Эстонии, в районе Рапла, 2 марта 1984 года.

Горело так, что пожар увидели люди во всем районе! Причем казалось: пожар рядом, близко. Как потом выяснилось, две крайние точки, в которых горело зарево, разделяло расстояние в 60 километров. Первый телефонный звонок раздался в 20.36. Кто-то сообщал, что в Кехтне горит хутор. В 20.48 телефон в диспетчерской опять зазвонил, и тот же голос извинился: "Произошла ошибка. Не знаю, что у меня с глазами, как мне могло почудиться! Но хутор Эрми, очевидно, не горит и не горел. Пожар где-то дальше, только зарево очень большое".

В.РАССКАЗОВ.
© "Детектив".

ЧТО ПОД ЗЕМЛЕЙ?

Финский журнал "Скепсис" и его издатель профессор И.Мустелин с тревогой отмечают рост мистических настроений населения севера страны. Лапландские оленеводы вдруг начали увлекаться астрологией, НЛО, культом Вуду и шаманской медициной.

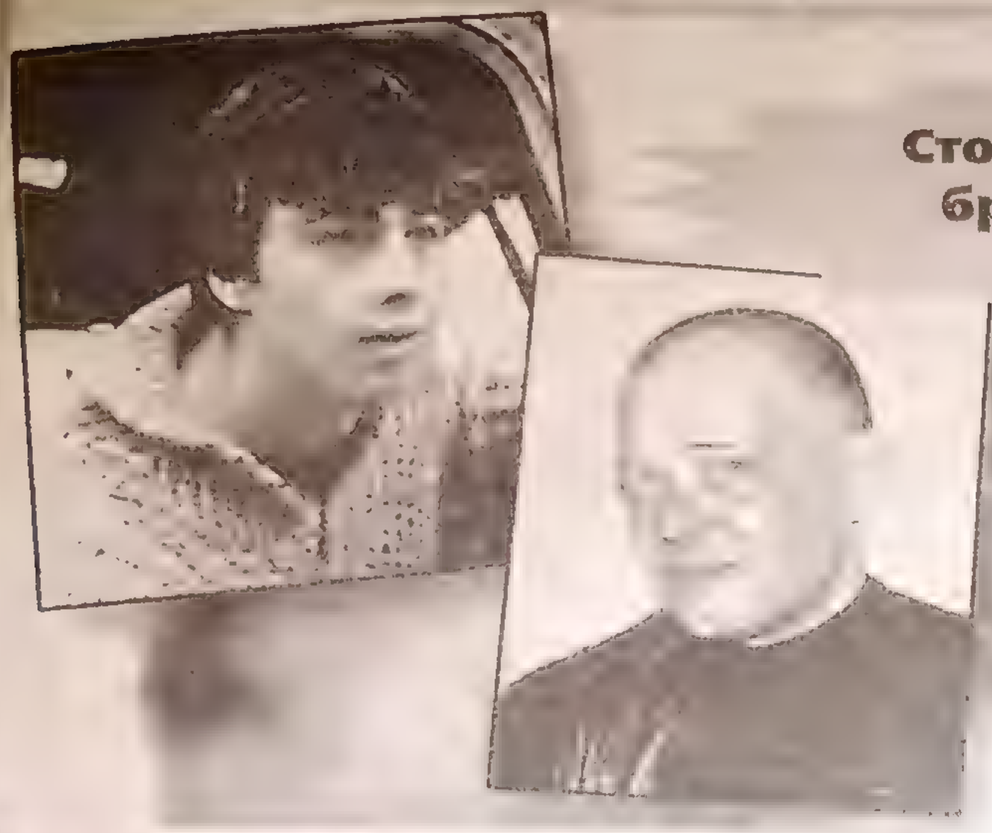
Толчком к этому стали странные борозды на разрыхленной земле, частенько появляющиеся между сопок северной Финляндии и достигающие подчас метра высотой. "Скепсис" считает все это выдумкой или мистификацией. Однако невесть как возникающие грядки наблюдали и в Англии, и в Германии.

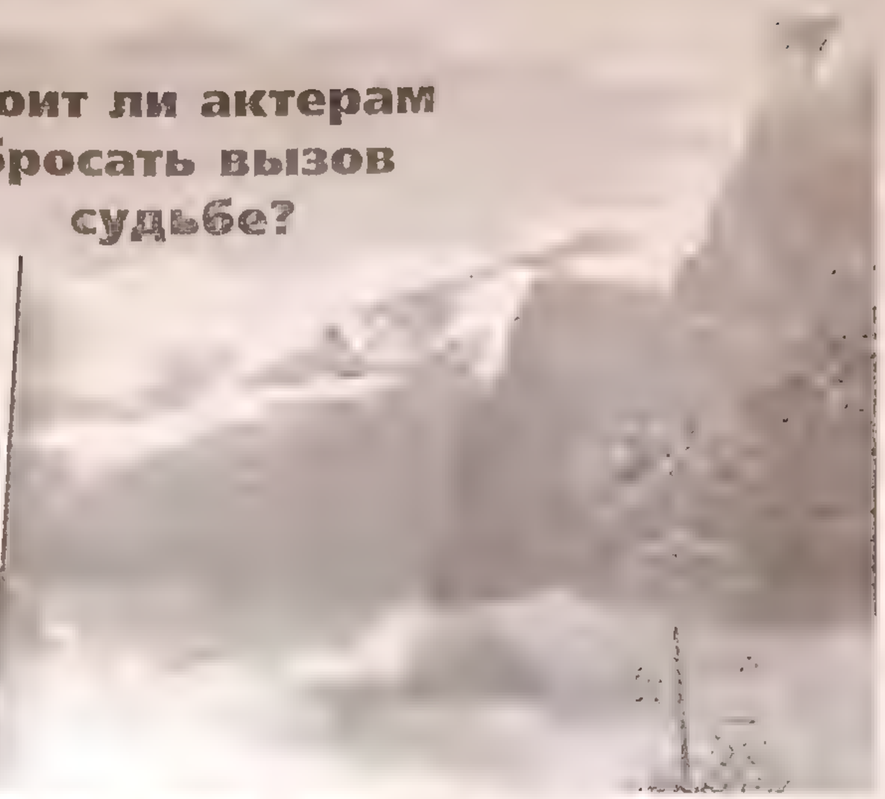
Криптозоологи предположили: борозды возникают в результате движения под землей недалеко от поверхности крупных не известных рептилий уже предпринимались, правда, безуспешные облавы. Однако собаки агрессивно реагируют на запахи, исходящие от таинственных насыпей. А это уже не мистика!

ЗА ПРАВА ГОРИЛЛ И ГИББОНОВ

В Новой Зеландии принят закон, приравнивающий права человекообразных обезьян к правам человека. Запрещено проводить над ними научные опыты, а в зоопарках предписано держать этих приматов в просторных вольерах за стеклом, а не за решетками.

Казалось бы, закон должен вызвать бурю иронии. Но произошло совсем обратное. В Англии, например, предложили сделать закон всемирным и распространить на всех обезьян. Во Франции уже ученые потребовали запретить охоту не только на приматов, но и на всех животных вообще, и призвали всех людей стать вегетарианцами. Словом, закон наделал шуму и в следующем году будет обсуждаться Организацией Объединенных Наций.





Стоит ли актерам бросать вызов судьбе?

ИХ ЗАБРАЛИ ГОРЫ

ПО ЗАКОНУ ПАРНОСТИ

Сентябрь 2002 г., Северная Осетия... Разгул стихии - обвал ледника.

В одно мгновение с лица Земли стерто целое село Кармадон. Сотни людей ранены, погибли или пропали без вести... В их числе члены съемочной группы обаятельного, талантливого актера и кинорежиссера Сергея Бодрова-младшего, прибывшие на Кавказ, чтобы отснять несколько эпизодов фильма "Связной" - по сценарию это философско-мистическая притча...

Совершенно мистическая ситуация сложилась и вокруг судьбы создателей нового фильма. Сергей посетил эти края еще в июле, и живописные горные отроги показались ему идеальным местом для предстоящих съемок.

19 сентября Сергей позвонил в Москву жене - Светлане Михайло-

тревожно. То же самое творилось и во всем Кармадоне... Как известно, животные всегда чувствуют приближение стихийного бедствия.

За несколько минут до схода лавины машину съемочной группы видели на одном из перекрестков. После обвала связь полностью прервалась...

Кто-то из местных жителей наблюдал, как перед самой катастрофой автомобиль въезжал в тоннель. Спасатели обследовали указанное место, но никаких следов присутствия людей не обнаружили.

К поискам пропавших привлекли экстрасенсов. Одна из них, известный продюсер Анджела, сообщила, что Сергей и еще два человека были сбиты с ног ледяной лавиной и провалились в пролом в ска-

вого слоя льда и грязи не представлялось возможным. Ледовый плен стал могилой для несчастных...

Еще одно странное совпадение. Продюсером фильма "Связной" был Сергей Сельянов. Незадолго до этого он собирался снимать картину "Река" по сценарию Алексея Балабанова, но съемки пришлось приостановить из-за трагической гибели актрисы, исполнявшей главную роль...

Нельзя не вспомнить, что всего четыре с половиной месяца назад на Кавказе в горах погиб другой

Рано утром в воскресенье, 5 мая, когда коллеги собирались праздновать Пасху, Ростоцкий уехал из санатория на пограничном "уазике". Видимо, ему не терпелось поработать даже в такой день. Режиссер попросил Стаса отвезти его в район горнолыжного курорта "Красная поляна". По дороге Ростоцкий несколько раз выходил из машины, осматривал

Говорят, лучше не сниматься в кино, где смерть и несчастья. С этим

а с 2001 г. даже занимал должность главного режиссера Театра каскадеров.

Но на этот раз удача ему изменила. Через несколько минут Андрей потерял равновесие и упал вниз с большой высоты.

Стас немедленно доставил окровавленного, потерявшего сознание режиссера в санаторий, где к нему вызвали врачей. Пострадавшего отвезли в хостинскую больницу. У него были сильнейшая черепно-мозговая травма и переломы конечностей. Во время операции Андрей Ростоцкий скончался...

Есть такое понятие - закон парности. "Все события рано или поздно повторяются!" - гласит он. Это лежит за пределами рационального, но отрицать это нельзя.

Андрей Ростоцкий и Сергей Бодров - оба из кинематографических династий, сыновья известных кинорежиссеров. В их "послужном списке" много фильмов о войне, приключенческих триллеров. Своей популярностью Ростоцкий обязан Денису Давыдову, которого он сыграл в картине "Эскадрон гусар летучих". Потом были "Правда лейтенанта Климова", "Конец императора тайги". В фильме "Мать" он снялся в роли Николая II - одной из самых трагических фигур русской истории. Ростоцкий снимал картину "Зверобой" по роману Купера, боевик "Мужская компания", а незадолго до гибели - сериал "Моя война".

Бодрову известность принесла главная роль в картинах "Брат" и "Брат-2". Данила Багров в его исполнении - обаятельный молодой киллер, без угрызений совести идущий на убийства... Последние работы Бодрова, уже в качестве режиссера, - "Война" и "Сестры" - тоже рассказывают о мире, в котором царят жестокость, насилие, криминал... *Говорят, лучше не сниматься в кино, где смерть и несчастья. С этим опасно шутить.*

Но Ростоцкий и Бодров были не из робкого десятка и не боялись бросить вызов судьбе. Оба приехали на Кавказ снимать фильм. Обаятельный

софско-мистическая притча...

Совершенно мистическая ситуация сложилась и вокруг судьбы создателей нового фильма. Сергей посетил эти края еще в июле, и живописные горные отроги показались ему идеальным местом для предстоящих съемок.

19 сентября Сергей позвонил в Москву жене - Светлане Михайловой. Светлана вспоминает: "Голос мужа был необычно грустным, мне показалось, что-то с ним случилось... Он был не такой, как всегда". Сергей никак не хотел заканчивать разговор... А на прощание вдруг сказал: "Береги детей!"

Катастрофа произошла на следующий день, 20 сентября. В тот вечер Бодров рано завершил съемки. Задействованные в них лошади, овцы, собаки вели себя странно и

фой автомобиль въезжал в тоннель. Спасатели обследовали указанное место, но никаких следов присутствия людей не обнаружили.

К поискам пропавших привлекли экстрасенсов. Одна из них, известный продюсер Анджела, сообщила, что Сергей и еще два человека были сбиты с ног ледяной лавиной и провалились в пролом в скале. Она утверждала, что Бодров жив, но получил серьезные травмы, у него отказала правая нога. Кстати, в неоконченном фильме он играл человека с ампутированными ногами - бандиты когда-то прострелили ему колени...

Анджела и другие экстрасенсы указали на одну и ту же зону, где, по их словам, в ледяной штольне находились Сергей и два его товарища. Но освободить их из-под 70-метро-

Еще одно странное совпадение. Продюсером фильма "Связной" был Сергей Сельянов. Незадолго до этого он собирался снимать картину "Река" по сценарию Алексея Балабанова, но съемки пришлось приостановить из-за трагической гибели актрисы, исполнявшей главную роль...

Нельзя не вспомнить, что всего четыре с половиной месяца назад на Кавказе в горах погиб другой российский актер и режиссер - Андрей Ростоцкий. Приехав в окрестности Сочи на съемки картины "Моя граница", он сорвался со скалы...

Съемочная группа остановилась в санатории "Кудепста". Несколько дней подряд Ростоцкий ездил по окрестностям в поисках подходящей натуры для съемок. Сопровождал его только шофер с пограничной заставы, которого звали Стас.

праздновать Пасху, Ростоцкий уехал из санатория на пограничном "уазике". Видимо, ему не терпелось поработать даже в такой день. Режиссер попросил Стаса отвезти его в район горнолыжного курорта "Красная поляна". По дороге Ростоцкий несколько раз выходил из машины, осматривал пейзаж...

Говорят, лучше не сниматься в кино, где смерть и несчастья. С этим опасно шутить.

Наконец они заехали в безлюдное место, окруженное скалами. Попросив остановиться возле одной из них, Андрей велел шоферу подождать и начал взбираться на крутой склон. Он делал это без страховки, так как уже много лет профессионально выполнял трюки в кино,

рассказывают о мире, в котором царят жестокость, насилие, криминал... Говорят, лучше не сниматься в кино, где смерть и несчастья. С этим опасно шутить.

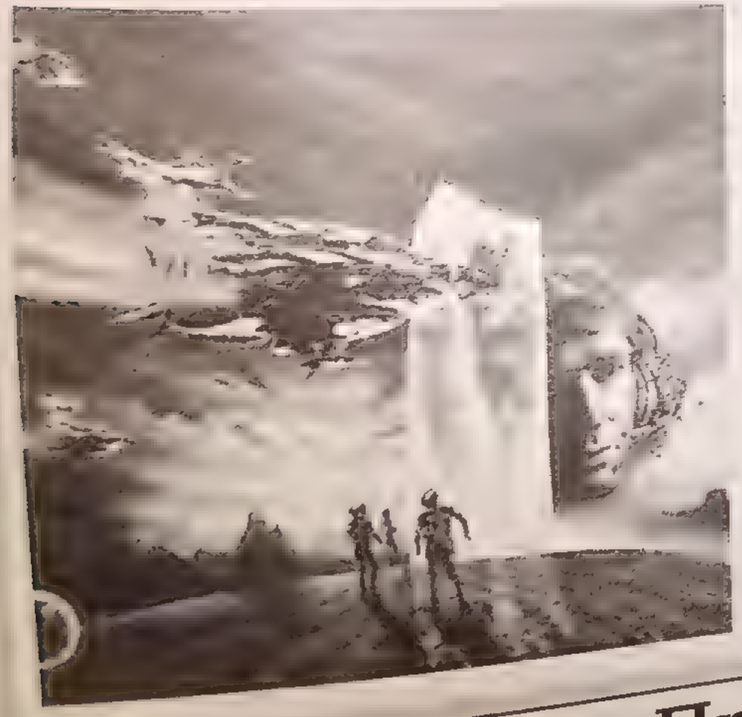
Но Ростоцкий и Бодров были не из робкого десятка и не боялись бросить вызов судьбе. Оба приехали на Кавказ снимать фильм. Оба по собственной воле очутились в опасной зоне. И оба оставили в горах свою жизнь. Что это - роковое стечение обстоятельств или таинственная связь причин и следствий, не поддающаяся объяснению?

Ирина ШАХОВА.

© "Мир зазеркалья".

"СПЯЩИЙ" ПРОСНУЛСЯ

По словам руководителя научного центра МЧС "Антистихия" профессора Владислава Болова, до сих пор ученые считали ледник Колку "спящим".



ЛЕДНИК - ОРУЖИЕ XXI ВЕКА?

За более чем 100 лет наблюдений он приходил в движение лишь дважды. В первый раз в 1902 г., во второй - в 1969 г. Тогда ледник продвинулся лишь на 5 км, а тут за несколько минут преодолел расстояние в 33 км. Почему так случилось?

Пока ученые из местного центра МЧС не дают на этот вопрос точного ответа. Говорят, во всем виновато скудное финансирование их деятельности.

Своя версия произошедшей трагедии есть у военных экспертов. Как сказал один из аналитиков Генерального штаба Вооруженных сил РФ, на Кавказе мы пожинаем плоды испытаний новейшего оружия. По его данным, ледник Колка пришел в движение под воздействием мощных электромагнитных импульсов.

Именно в эти дни американцы задействовали на Аляске и в Северной Норвегии первые элементы строящейся системы "ХААРП". Официально она предназначена якобы для изучения эффектов северного сияния, но, по просочившимся в печать сведениям, громадные антенные поля возле Анкориджа и Тулле должны посылать в ионосферу электромагнитные импульсы невиданной силы.

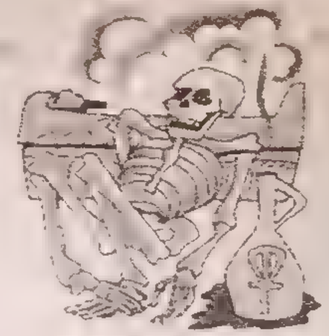
Это до конца еще не изученное оружие XXI в., по мысли его изобретателей, должно создавать невидимую электронную "броню" для вражеских ракет. Но, как и у каждого ново-

Отчего "ожил" ледник-киллер?

го сильнодействующего средства, у него есть побочные эффекты. Электромагнитные импульсы особой мощности, кроме постановки помех для электронных навигационных систем ракет противника, способны влиять на климат. Именно после сверхсекретных испытаний этого оружия по Европе прокатилась волна прежде невиданных наводнений, среднюю полосу России поразили засуха и лесные пожары, а на Кавказе стали сходить с гор ледники.

Вот почему в Государственной Думе более 100 депутатов требуют принять обращение к мировому сообществу. Они считают, что надо срочно запретить разработку и испытания новейшего электромагнитного оружия. Ведь по своим последствиям оно гораздо страшнее атомного, химического и биологического. Беда, которую принес ледник Колка, лишь первый удар колокола грядущей катастрофы планетарного масштаба.

По материалам Интернета.



МЕСТЬ ФАРАОНОВ

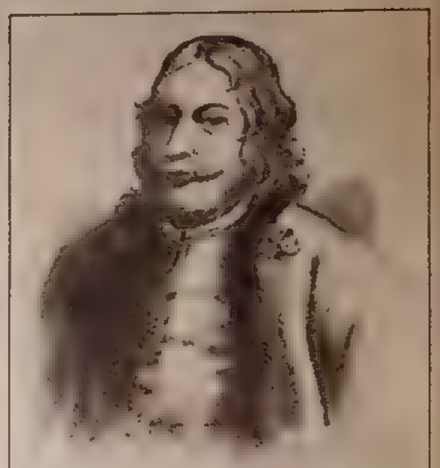
Историки не пришли к единому мнению относительно ухищрений жрецов, старавшихся охранить склепы фараонов от грабителей. Новая находка японских археологов к югу от Каира проливает свет на эту загадку. Ими раскопана могила фараона XVIII династии, возраст которой превышает 3000 лет.

Но интересно другое - все заупокойные драгоценности сохранились, хотя еще в древности в склеп проникли грабители. Их нашли мертвыми тут же. По положению скрюченных скелетов можно уверенно говорить - незадачливые воришки отравились прямо у саркофага неким быстродействующим ядом. Японские ученые пытаются установить, каким именно.

ОПАСНАЯ ЗОНА

Когда-то давным-давно здесь было непроходимое болото.

УЖАСНАЯ И ПРОКЛЯТАЯ



Малюта Скуратов

Площадь в центре Москвы устлана головами жертв...

Оно издавало странные, пугающие звуки. Над мутной жижей поднимался зловонный пар.

Не каждый смельчак отваживался посетить это место. Попасть на другой берег можно было, лишь перейдя брод.

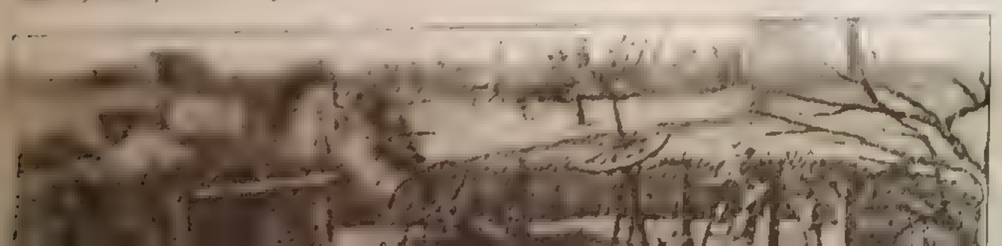
В XVII веке стали строить деревянный мост, но специально приглашенный из Страсбурга мастер Анце Кристлер внезапно скончался. Стройка возобновилась лишь через сорок лет. Правда, к тому времени болота были давно осушены и на земле той разведен сад. С тех пор люди стали называть места на Болоте Царицыным лугом, или Государевым садом. В XVII же веке торговую дорогу, пролегающую в этих краях, назвали Всехсвятской - по церкви Всех Святых, что на другом берегу.

Улица эта разделяла Государев сад и дворы садовников, ухаживающих за ним. Близ сада в средневековье проходили кулачные бои. На праздники здесь собиралась уйма народу. Часто поглядеть на битву приезжал сам царь. Однако площадь, как монета, имела две стороны. На Масленицу все здесь сверкало, пестрило и шумело.

Но праздники кончались, начинались будни, и на не остывшей еще от плясок и веселья земле строили эшафоты. Народу собиралось не меньше, чем на гулянья. Стучали топоры, слышались отчаянные молитвы. К прежним жертвам коварных болот прибавлялись новые. Здесь в 1672 году казнили юродивого Афанасия за то, что он, поэт, ученик протопопа Аввакума, глава старообрядческой общины в Москве, не отрекся от своей веры.

Но почему же казни проходили именно здесь? Была ведь Красная площадь с ее Лобным местом. Есть версия, что думному дьяку, жившему неподалеку, просто-напросто было удобно вершить свои судебные решения возле собственного дома (дом этот все еще стоит за нынешним Театром эстрады).

До наших дней дошла легенда, что именно тут жил кровавый Малюта Скуратов. Людская молва разместила здесь и подземные пыточные, и ход под Москву-реку. Лишь совсем недавно выяснилось, что это неправда. Ход действительно нашли, только идет он из подвала церкви Николы на Берсеневке, что стоит рядом.



В 1696 году на Всехсвятской улице перед новым Большим Каменным мостом возвели единственные в Москве Триумфальные ворота. Это была одна из первых светских строек в городе, поразившая московский люд своей непривычной архитектурой.

Построили ворота специально к возвращению Петра I из победоносного Азовского похода. Как свидетельствуют очевидцы, зрелище было красочное: Петр в черном немецком платье и протазаном в руке шел впереди морского каравана. И белое перо на его шляпе смотрелось как символ победы.

И началось на Болотной площади крупное строительство. Сады и дома садовников снесли. На их месте были построены два гигантских по тем временам сооружения: Винный, или Питейный, двор для оптовой продажи вин, и двор Суконный. В середине века Питейный двор заметно расширился - выход на Всехсвятскую улицу оформили в виде шикарных ворот в стиле барокко. Тогда же на Болоте воздвигли "ракетную лабораторию". Здесь изготавливали фейерверки для больших царских празднеств. Пло-

тавались лишь те, кому некуда идти. Друг за другом под мост спускались подозрительные личности. Под девятой клеткой моста собирались воры и разбойники, наводя ужас на припозднившегося путника. Мимо ему не пройти, через несколько дней где-нибудь ниже по течению на берег вынесет его изуродованное тело: "концы в воду". А в народе разбойников так и называли: "из-под девятой клетки".

В 1775 году на болотной площади была совершена последняя, как утверждают источники, казнь. Правительство направило в город крупные воинские части: боялись "мятежных волнований". 10 января на площади казнили Емельяна Пугачева. Вся площадь на Болоте, вся улица до Каменного моста были заполнены людьми. Пугачева казнили первым. А.Т.Болотов рассказывает в своих записках, что "эшафот (...) окружен был сомкнутым тесно фрунтом войск, поставленных тут с заряженными ружьями. Превеликий гул от таянья и многого воскли-

Почему казни проходили именно на Болотной площади?

Но недобрая слава не покинула это место. В правление Екатерины II горели здесь книги, конфискованные из типографии известного просветителя и масона Н.И.Новикова. Пламя огромного костра гудело, и жар был настолько велик, что близко к костру подойти никто не решался. Долго еще ветер разносил по городу запах дыма и черным пеплом покрывал мостовую.

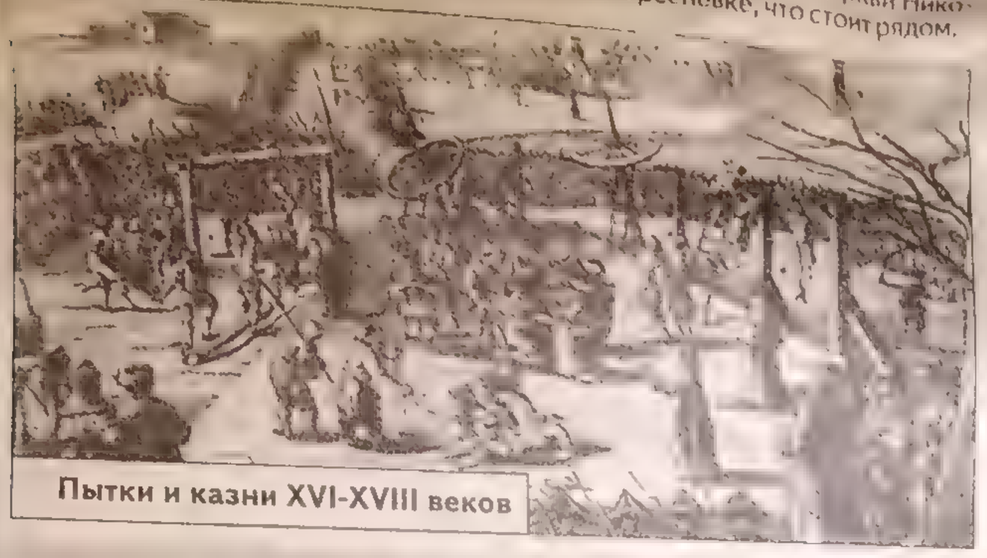
В 1845 году Царицын луг официально переименовали в ставшую уже привычной Болотную площадь.

В двадцатых годах прошлого века почти все постройки на Болотной площади были снесены. На месте Винного двора воздвигли Дом правительства, воплощавший собой заоблачные мечты рядового российского горожанина. Место выбирали долго, рассматривали различные варианты, но в конце концов решили строить именно здесь. Что случилось чуть позже со многими высокопоставленными жителями этого дома, знают все. И теперь бок о бок с призраком Пугачева бродят по пло

ные жертвы сталинских репрессий - маршалы, наркомы. Кто-то из жильцов однажды пошутил, назвав родной кров домом предварительного заключения.

...площадь. Однако как монета, имела две стороны. На Масленицу все здесь сверкало, пестрило и шумело.

...реку. Лишь совсем недавно выяснилось, что это неправда. Ход действительно нашли, только идет он из подвала церкви Николы на Берсеневке, что стоит рядом.



Пытки и казни XVI-XVIII веков

...дома садовников снесли. На их месте были построены два гигантских по тем временам сооружения: Винный, или Питейный, двор для оптовой продажи вин, и двор Суконный. В середине века Питейный двор заметно расширился - выход на Всехсвятскую улицу оформили в виде шикарных ворот в стиле барокко. Тогда же на Болоте воздвигли "ракетную лабораторию". Здесь изготавливали фейерверки для больших царских празднеств. Площадь стала еще более оживленной, и, кажется, можно было бы забыть о другой стороне монеты. Но место это, словно магнитом, притягивало все потаенное и опасное.

Большой Каменный мост стал пристанищем нищих и калек. Днем здесь было шумно, устраивали свои представления бродячие артисты. Но стоило стемнеть, и на мосту ос-

Пугачева. Вся площадь на Болоте, вся улица до Каменного моста были заполнены людьми. Пугачева казнили первым. А.Т.Болотов рассказывает в своих записках, что "эшафот (...) окружен был сомкнутым тесно фрунтом войск, поставленных тут с заряженными ружьями. Превеликий гул от аханья и многого восклицания раздался тогда по всему несчетному множеству народа". За Пугачевым казнили и его сподвижников. Палачи победно подняли над толпой окровавленные головы мятежников. Последняя капля крови упала на деревянный пол эшафота и поставила точку в веренице казней на Болоте.

Почему казни проходили именно на Болотной площади?

...копоставленными жителями этого дома, знают все. И теперь бок о бок с призраком Пугачева бродят по площади бесплотные жертвы сталинских репрессий - маршалы, наркомы. Кто-то из жильцов однажды пошутил, назвав родной кров домом предварительного заключения.

И кажется мне, что место для его постройки выбрано было вовсе не специальной комиссией. Скорее всего, когда-то болота затянули в свою бездонную пасть очередного путника. И тот в отчаянии выкрикнул проклятие...

Катерина ЗОРКИНА.
© "Алфавит".

ЧЕЛОВЕК УМИРАЕТ, ЧТОБЫ РОДИТЬСЯ

"Смерть - это только начало!" - говорил фараон-некромант в фильме "Мумия".

И действительно, в большинстве религий смерть считается началом нового существования. Каждую секунду в мире умирают сотни людей. Это естественный биологический процесс: рождение, старение, смерть. Но что находится за Порогом? Этот вопрос всегда волновал живущих. Ответ иногда приходил из уст людей, познавших смерть, а затем, в силу различных причин, возвратившихся к жизни. И таких людей было много.

Рассказы людей, переживших смерть, зачастую похожи. Осознав приближение смерти, они чувствуют, как покидают тело, испытывая при этом абсолютный покой и радость. Они могут слышать и видеть, что происходит вокруг их явно безжизненных тел. Затем следует полет в темном туннеле, либо полной темноте в направлении яркого и приятного света. Люди чувствуют нежное присутствие доброго нематериального существа, который может быть божественный образ, например, Иисус Христос.

Маленькие дети часто описывают божественную даму, приветствующую их. "Существо света" может пригласить умершего обсудить события его жизни, оценивая оные на высшем уровне понимания. Затем проводят в сад, где люди встречают уже оставивших бренный мир друзей и родственников, которые иногда открывают им подробности будущего возвращения на землю.

После этого им приказывают, или они решают сами возвратиться к жизни, что некоторые делают со страхом. Большинство получивших внетелесный опыт больше не испытывают страха перед смертью, а жизнь приобретает невыразимую полноту в ожидании счастливого загробного существования, предстоящего каждому человеку.

Катары - "чистые" - так называли себя отошедшие от Бога сектанты в средневековой Европе. Они утверждали, что поклоняются истинному богу - Люциферу, а христиане идут по неверному пути.

В 1962 году к английскому психиатру Артуру Гедхему явилась на прием молодая женщина, страдавшая ужасными кошмарами. В последующие 4 года миссис Смит вспоминала о пытках, которыми во сне ее подвергали в XIII веке как члена секты катаров. В рассказах миссис Смит Гедхем нашел на удивление точное описание жизни средневековой Франции.

Не соответствовала лишь одна деталь: пациентка утверждала, что катары носили синие рясы, тогда как большинство историков считали их черными. Заинтригованный доктор не поленился проконсультироваться со специалистами, сам посидел в архиве и установил, что секта была очень неоднородна. Катары, придерживающиеся различных убеждений внутри своей веры, действительно носили одежды разных цветов, в частности темно-синие рясы - точь-в-точь как описывает миссис Смит!

Юрий ГАВРЮЧЕНКОВ.
© "Аномальные новости".

ЧТО ЗА ПОРОГОМ?

СТРАХОВКА ОТ ПРИВИДЕНИЙ

Владельца старинной пивной в Англии настолько замучили непрошеные визиты таинственных привидений, что он решил застраховать свой процветающий бизнес на 1 миллион фунтов стерлингов.

Не менее старинная британская страховая компания "Ультрафиолет" со всей серьезностью подошла к делу, приняв на себя ответственность по погашению любых расходов, связанных с возможным ущербом от действия бестелесного существа - якобы монаха, выходящего по ночам с близлежащего кладбища и хулиганящего в пабе со своими друзьями-мертвецами в отсутствие посетителей.

Хозяин паба, на верхних этажах которого расположена небольшая гостиница, уверяет, что после закрытия заведения там бродят духи. Они бьют посуду, бесплатно пьют пиво и даже один раз треснули по затылку владельца заведения, спустившегося в зал посмотреть, кто там шумит.

Сергей БАЖЕНОВ.
© "Сударушка".

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЫ С ХВОСТОМ

ВОРОНЫ – ПОТОМКИ ДИНОЗАВРА?

У этих пернатых совсем не птичьи мозги. Почему?

Мой муж-инженер, человек далеко не экзальтированный и, в общем-то, немногословный, просто на глазах преображается, когда начинает рассказывать, например, о... вороне.

– Ты бы видела, как она разбивает грецкие орехи! Возьмет в клюв, полетит к дороге, и с большой высоты бросает на асфальт. Если орех остается целым, она поднимает его, взлетает повыше и опять бросает об асфальт. И так, пока орех не расколется.

- Да ладно тебе! Просто орех слишком велик для вороньего клюва, вот она его и роняет!

- Нет же, я не раз наблюдал подобные сценки. И всякий раз впечатление такое, что ворона вполне соображает, чего ей надо. Или, еще, может положить орех под колеса подъезжающей машины. И не боится же ходить по дороге! А потом подбирает кусочки ядрышка.

- Ну это вообще на грани фантастики! Значит, она как бы просчитывает, что будет, если по ореху проедет тяжелая машина?

- Вот именно! А если ей удается урвать сухую хлебную корку, она не станет давиться - найдет жестянку с дождевой водой и начинает макать. Отмочит кусок, а уж потом съест или отнесет в гнездо птенцам. Кстати, о гнезде. Ты когда-нибудь видела воронье гнездо вблизи? Нет? А я с детства не перестаю удивляться, как она строит такую сложнейшую инженерную конструкцию.

птица по имени Бетти, по мнению исследователей, способна мыслить в категориях причинно-следственных связей. Кстати сказать, когда подобные эксперименты проводили с приматами, нашими ближайшими родственниками, то те очень даже разочаровали ученый люд - оказались явно туповатыми. А вот ворона...

Алекс Каселник, профессор

данном конкретном случае, делая из нее своего рода крючок. То есть, похоже, птичка анализирует в уме возможные варианты и просчитывает следствия.

Не так давно ученые пришли к предположению, что предком ворон был крылатый динозавр. В 1998 году американские археологи, которые вели раскопки на острове Мадагаскар в Индийском океа-

то предпринимает. Может, именно благодаря своему недюжинному птичьему уму она никогда не сталкивается с автомобилями или поездами, в отличие от других птиц. И пропорция между весом тела и весом мозга у вороны такая же, как у человека. Или, скажем, как у дельфина.

А недавно в одной из газет была опубликована интереснейшая статья "Ворон - еще та "штучка", и там описывался такой эксперимент. Если вороне предлагают еду на выбор из двух кормушек (притом птица по опыту знает, что вторую тотчас уберут), то она безошибочно выберет ту, в которой червячков больше хотя бы на одного – 11 или 12. Человек не способен с ходу определить такую несущественную разницу, а ворона никогда не ошибется. Как она успевает просчитывать? Загадка. И даже в более сложных опытах она неизменно оказывается на высоте.

Если накрыть кормушки карточками с цифрами (например, " 1+2" и "2+2"), то она уж точно выберет ту, где цифры. Ученые вынуждены признать, что вороны "различают признак числа", "способны к обобщению и абстрагированию"... А что это, как не признак интеллекта? *На инстинкты или рефлексы такие действия не спишешь.*

Вообще вороны, веками живущие рядом с человеком, во многом похожи на людей. Городские птицы [illegible] колбасу, сало, [illegible]

станет давиться - найдет жестянку с дождевой водой и начинает макать. Отмочит кусок, а уж потом съест или отнесет в гнездо птенцам.

Кстати, о гнезде. Ты когда-нибудь видела воронье гнездо вблизи? Нет? А я с детства не перестаю удивляться, как она строит такую сложнейшую инженерную конструкцию. Там каркас сделан из кусков проволоки, которая *переплетается самым замысловатым образом*, а потом все это укрепляется ветками, бумагой, кусочками ткани и неизвестно чем еще. Во всяком случае, мы еще мальчишками убедились, что разломать воронье гнездо не так-то просто!

- Ну это просто древний инстинкт. При чем здесь ум?

- А при том, что она и леску с рыбой может вытащить вместо тебя на берег, если ты зазеваешься. И не тогда, когда на крючке ничего нет, а именно в тот момент, когда поплавок задергается. Значит, соображает, что рыбка уже попалась, и надо спешить!

Такие, примерно, диалоги происходили у нас неоднократно. Но я не придавала им особого значения: мои влюбленные в природу домочадцы не прочь слегка приукрасить действительность.

Но вот в августе этого года наткнулась я на описание научных экспериментов, которые проводят ученые - именно с вороной. А уж их-то не заподозришь в том, что они станут рассказывать байки. И, представьте себе, исследователи тоже пришли к мнению, что ворона что-то уж слишком сообразительна. То есть она не просто пользуется неким предметом как орудием труда, а может сделать его сама, собственными... Чуть не сказала - руками. Собственными лапами и клювом!

Вороний ум соответствует интеллекту восьми-девятилетнего ребенка.

Ворону, которая так поразила воображение ученых, назвали Бетти. Еще у них там, в Оксфорде, живет другая подобная особь, но мужского пола, по имени Авель. Авель в чем-то, у него "сообразиловка" притупилась. Зато юная Бетти, по мнению исследователей, способна мыслить в категориях причинно-следственных связей. Кстати сказать, когда подобные эксперименты проводили с приматами, нашими ближайшими родственниками, то те очень даже разочаровали ученый люд - оказались явно туповатыми. А вот ворона...

Алекс Каселник, профессор бихевиоральной (поведенческой) экологии из Оксфордского университета утверждает буквально следующее:

- Ворона не только умнее, чем мы думаем. В отношении орудий труда она проявляет более высокое понимание, чем шимпанзе.

Есть и другие птицы, у которых далеко не куриные мозги. Скажем, дятел с Галапагосских островов пользуется кактусовым шипом, чтобы выковыривать насекомых. Голуби, как известно, могут распознавать конкретного человека, отличать буквы алфавита друг от друга и даже усваивают различия между живописными полотнами. А уж о попугаях и говорить не приходится. К примеру, Алекс, африканский серый попугай, стал большой знаменитостью в 1980-х годах: у него был словарный запас из сотни английских слов, и он мог задавать вопросы и высказывать просьбы.

Другой жако по имени Каско, житель Исфахана (Иран) - настоящий полиглот и даже правоверный мусульманин: знает порядка 180 слов на персидском и арабском, называет по именам шиитских имамов, четко произносит несколько десятков изречений из Корана. Но попугаями нас уже не удивишь - ясно же, что они способны к подражанию. А вот вороны...

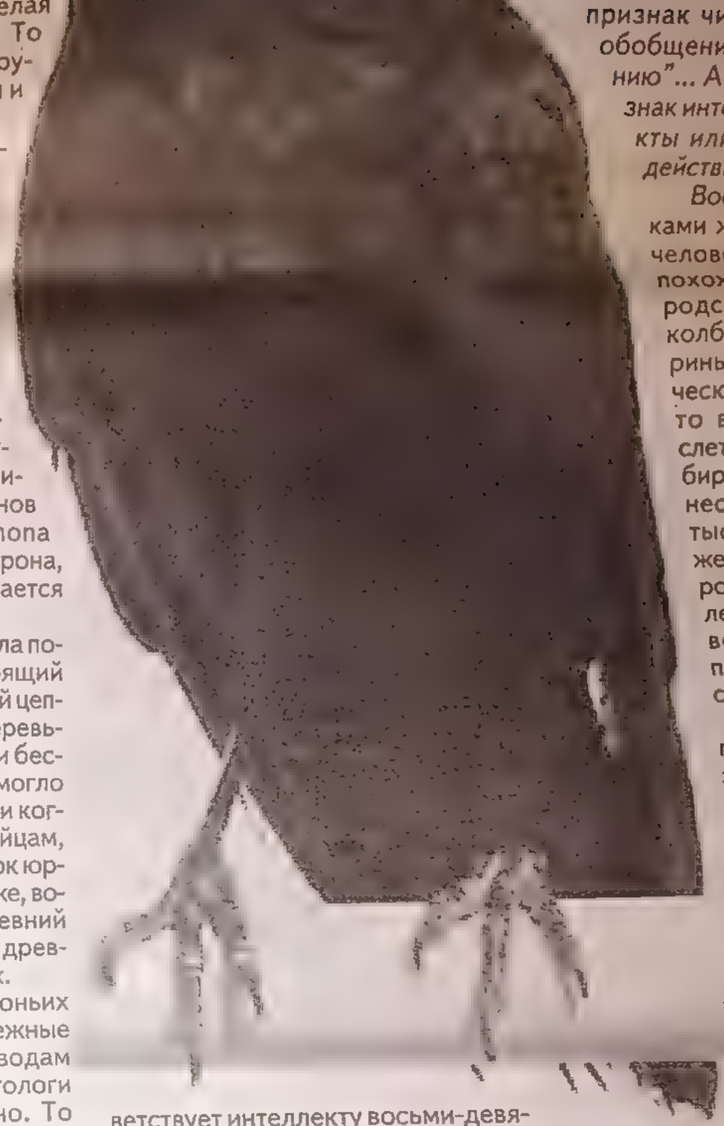
С чего вдруг взялись исследовать этих падальщиц? И почему, спрашивается, для экспериментов изловили именно этот вид? Потому что в естественных условиях, на лоне природы, было замечено, как при добывании пропитания вороны выбирают рогульку именно той длины и формы, какая требуется в данном конкретном случае, делая из нее своего рода крючок. То есть, похоже, птичка анализирует в уме возможные варианты и просчитывает следствия.

Не так давно ученые пришли к предположению, что предком ворон был крылатый динозавр. В 1998 году американские археологи, которые вели раскопки на острове Мадагаскар в Индийском океане, откопали останки странного существа, напоминавшего птицу.

Это обнаруженное в северной части Мадагаскара существо жило на Земле приблизительно 65 или 70 миллионов лет назад (его назвали Rahona Osfrwro), было размером с ворона, однако его скелет явно отличается от скелета нынешней птицы.

Подобно птице рахона была покрыта перьями, а противостоящий большой палец лап позволял ей цепляться за ветви и сидеть на деревьях. Однако это было хищное и бесстрашное существо, которое могло рубить и резать добычу своими когтями подобно летающим убийцам, увековеченным в фильме "Парк юрского периода". Так что, похоже, вороны имеют очень даже древний опыт выживания и не менее древний интеллектуальный багаж.

А самое забавное в вороньих делах, знаете что? Что зарубежные ученые пришли к таким выводам только теперь, а наши орнитологи все это знали давным-давно. То есть, что ворона обладает интеллектом. Более двух лет назад в газете "Мир новостей" статья так и называлась - "Интеллектуальная ворона". И там рассказано, что известный российский ученый Леонид Викторович Крушинский составил что-то вроде рейтинга умственных способностей представителей фауны. Из этого рейтинга видно, что среди птиц самые умные - вороны и галки (галки, кстати, принадлежат к тому же семейству врановых, что ворон и ворона), притом вороны по умственному развитию стоят выше кошек, собак и даже волков. "С некоторыми задачами, которые решали волки, справлялись семилетние дети, - говорят ученые. - Легко предположить, что вороний ум соответствует интеллекту восьми-девятилетнего ребенка".



Вот так-то! Это доказали в эксперименте, проведенном на биостанции МГУ.

Семь ворон посадили в разные клетки, из которых они могли видеть друг друга, а рядом с клетками на недосягаемом для клюва расстоянии положили по куску воронього лакомства. Буквально через несколько минут одна из ворон разорвала газетную подстилку, свернула кусок бумаги плотной трубочкой и, взяв в клюв, подкатила лакомство к клетке с помощью этой самой трубочки. Остальные вороны тут же последовали ее примеру. То есть ворона свои действия как бы просчитывает и лишь потом что-то *признак числа", "способны к обобщению и абстрагированию"... А что это, как не признак интеллекта? На инстинкты или рефлексы такие действия не спишешь.*

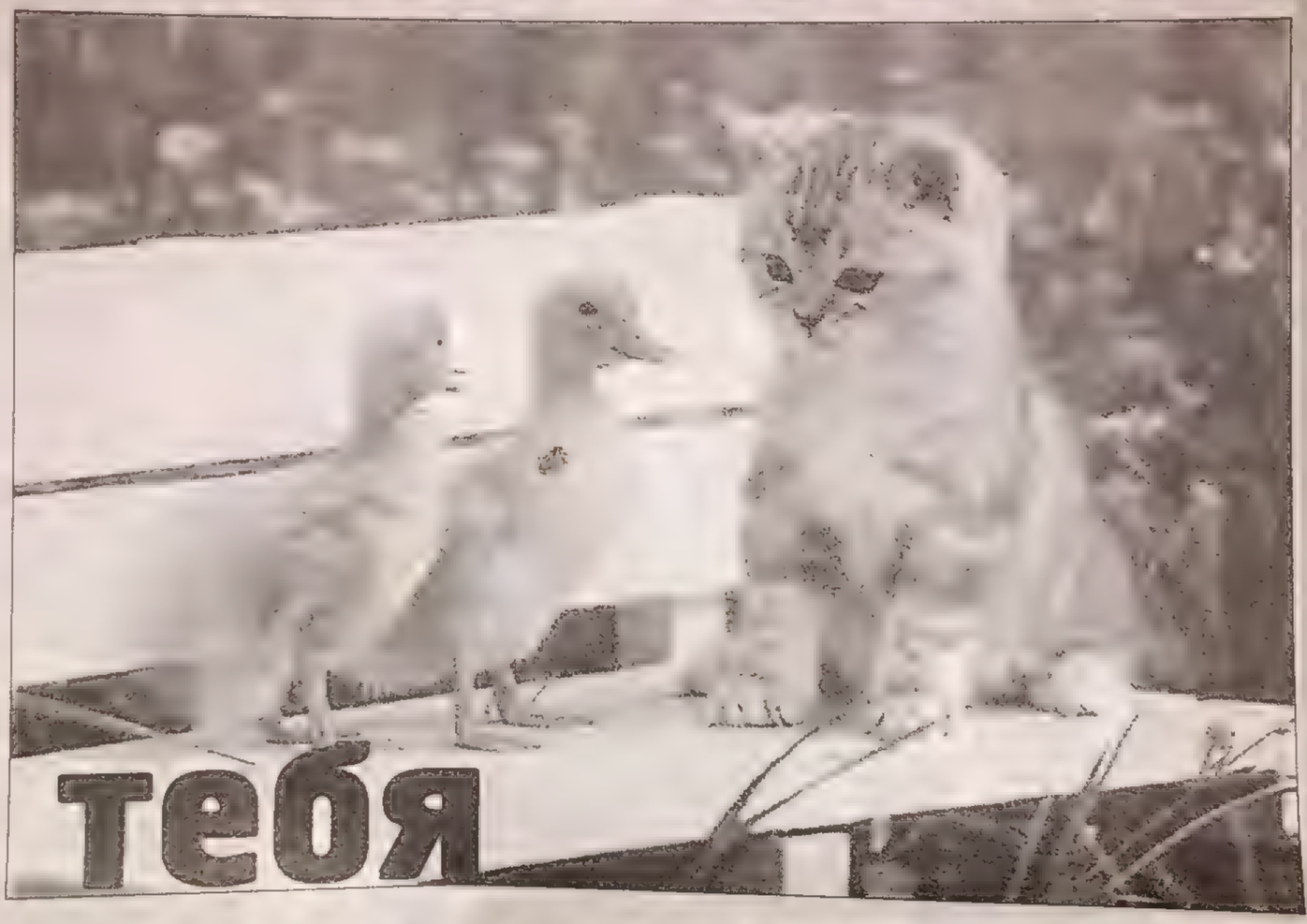
Вообще вороны, веками живущие рядом с человеком, во многом похожи на людей. Городские птицы любят колбасу, сало, сыр, куриные яйца. Периодически устраивают что-то вроде всеобщих слетов, на которые собирается иной раз по нескольку десятков тысяч особей. Скажем, в канадском городе Вудстоке население - 35 тысяч, а ворон собирается порядка 70-75 тысяч.

Люди пытаются понять, для чего все эти шумные сборища? А кто ж их знает. Может, вороны обмениваются новостями, а может, помогают молодым выбрать себе подходящую пару. Семьи у них, кстати, крепкие и моногамные, и молодняк свой выращивают до взросления, пока выросшие птенцы не создадут собственную семью. Вороны остро чуют опасность: человека с ружьем близко не подпустят, а с палкой того же размера пожалуйста. Любят резвиться, играя с теннисным мячиком или скатываясь с купола церкви, как с ледяной горки. В общем, как говорится, ничто человеческое им не чуждо.

Так что зря кое-где устанавливают ловушки, травят и отстреливают ворон. Впрочем, можно особо и не беспокоиться: они достаточно умны и все равно выживут! А вот выживут ли те, кто пытается их уничтожить, это еще как сказать.

По материалам Интернета.

ЛЮБЛЮ ТЕБЯ ПО-ЗВЕРСКИ



СПЛОШНОЙ ЛЯ МУР

Некоторые животные в любви и верности не уступают человеку.

Многим людям стоит поучиться той безграничной преданности и самоотверженности, на которую способны "неразумные" твари.

Супруги навек

Когда речь заходит о супружеских парах, не способных жить друг без друга, в качестве примера обычно приводят лебедей. Но и кроме них есть в зверином царстве однолюбы, причем встречаются они среди самых разных видов животных.

У супругов Матвеевых из подмосковного города Пушкино жили две неразлучные немецкие овчарки - Гера и Зевс. В отличие от древнегреческого верховного божества, в честь которого он был назван, Зевс, как истинный семьянин, не позволял себе "левых" романов и никогда не обращал внимания на посторонних "дам".

Гера отвечала ему любовью и лаской и по два раза в год приносила приплод. Обычно самки не подпускают самцов к детенышам, опасаясь, что те вольно или невольно навредят им, но "жена" Зевса подобной тактики не придерживалась. "Муженек" в любой момент мог подойти к малышам, приласкать, облизать их, даже предложить им сочную косточку. Гера ничего против этого не имела. Супружеская идиллия продолжалась около 6 лет, но 2 года назад случилось непоправимое. Гера неожиданно тяжело заболела и умерла.

Зевс переживал потерю с невыносимой душевной болью - ничего не хотел есть, сидел целыми днями в углу и печально выл-плакал, а на пятый день с момента кончины "супруги" он исчез. Хозяева отправились на поиски пса и, к своему ужасу, обнаружили его труп на обочине шоссе. По свидетельству очевидцев, пес сам бросился под колеса мчавшейся машины. Похоронили Зевса

Верные друзья

Иногда животные способны и на удивительную дружбу. Подобное не раз происходило во многих зоопарках, заповедниках и питомниках. В Московском зоопарке в свое время лев подружился с приблудной собакой, случайно за-

Неужели лев просто не может жить без собаки?

ПОЖИРАТЕЛЬ С ГЛУБИНЫ

Есть загадочный водоем в Джамбульской области, что в Казахстане, рядом и внутри которого неоднократно наблюдали множество аномальных явлений. Хотя в озеро не впадает и из него не вытекает ни одна река или ручей, тем не менее вода в нем постоянно прозрачная и свежая, что приводит гидрологов к мысли о существующей здесь неизвестной жизни.

Об этом же косвенно говорят и наблюдения ученых, фиксировавших внезапное появление на спокойной до того водной глади больших воронок, всасывающих непонятно куда плавающие предметы. Если верить древним туркестанским легендам, водоем Коль-Коль бездонен, и действительно, в некоторых точках озера гидрологические исследования не сумели обнаружить дна. Те же легенды утверждают, что в глубинах озера живет существо, которое местные жители называют "водяной Айдахаре", появление которого на поверхности не раз наблюдали и в древности, и в нашем веке.

Местные чабаны не раз видели, как огромное животное уволакивало под воду водоплавающих птиц и пьющих воду животных. Казахстанский краевед А. Печерский подтвердил существование в озере какого-то животного. Он видел однажды момент его всплытия из глубины и описал его как гигантскую змею длиной более 15 метров и головой шириной в метр. Гораздо большее число очевидцев утверждает, что слышали голос чудовища: "То негромкое с присвистом шипение, то глухой протяжный рев". Скептики, однако, утверждают, что подобные звуки вполне может издавать все что угодно. Однако все что угодно не может утаскивать на глубину скот.

лось непоправимое. Гера неожиданно тяжело заболела и умерла.

Зевс переживал потерю с невыносимой душевной болью - ничего не хотел есть, сидел целыми днями в углу и печально выл-плакал, а на пятый день с момента кончины "супруги" он исчез. Хозяева отправились на поиски пса и, к своему ужасу, обнаружили его труп на обочине шоссе. По свидетельству очевидцев, пес сам бросился под колеса мчавшейся машины. Похоронили Зевса и Геру в одной могиле. По словам хозяев, им хочется верить, что есть "тот свет" и для животных, где любящие души снова встретятся.

Любопытно, что даже крысы могут испытывать друг к другу поистине человеческую привязанность. Случайный попутчик по междугородному автобусу поведал мне такую историю. У него дома живут две декоративные крысы Миша и Маша - неразлучная пара, обожающая друг друга. Миша - галантный кавалер, ухаживающий за своей дамой и всегда оставляющий ей самые лакомые кусочки. Маша любит отдыхать с "мужем" в своем гнездышке, ласково положив мордочку ему на плечо. Когда однажды Миша захворал и некоторое время отказывался от пищи, "жена" в знак солидарности тоже ничего не ела и, как могла, старалась приободрить сникшего "супруга". Крысеныш довольно быстро пошел на поправку, и, к всеобщей радости, "сладкая парочка" зажила прежней счастливой жизнью.

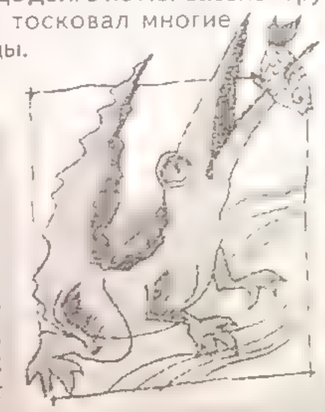
ПО-ЗВЕРСКИ

Неужели лев просто не может жить без собаки?

Верные друзья

Иногда животные способны и на удивительную дружбу. Подобное не раз происходило во многих зоопарках, заповедниках и питомниках. В Московском зоопарке в свое время лев подружился с приблудной собакой, случайно зашедшей к нему в гости. Видимо, скучно было царю зверей в клетке, вот и не разорвал он незваную гостью, а напротив, вопреки велениям инстинкта, приютил ее у себя. Много лет лев и беспородная дворняга, ставшие закадычными друзьями, жили вместе, питаясь из одной миски.

Когда же собака заболела и умерла, лев сильно тосковал. Немало усилий пришлось приложить зоотехникам для того, чтобы вынести из клетки труп его подруги. После этого бедолага совсем сник и объявил бессрочную голодовку. Попытки подселить ко льву новую собачку успехом не увенчались - он не принял ее. Лишь через неделю исхудавший и осунувшийся царь зверей более-менее пришел в себя и стал понемногу принимать пищу, но умершую подругу он, судя по всему, еще долго не мог забыть - грустил и тосковал многие месяцы.



Невероятными примерами дружбы зверей богат и Вроцлавский зоопарк в Польше. К примеру, там однажды удивительным образом подружились волчица Марта и бесхозная кошка Кася. Людей, за исключением нескольких зоотехников, кошка побаивалась. Как-то, испугавшись собаки, она забежала в клетку к волчице. Та приняла ее у себя без тени угрозы и недовольства, и с тех пор Кася стала регулярно наведываться к своей новой приятельнице.

Теперь они редко расстаются. В морозные дни волчица и кошка лежат, прижавшись друг к другу. Весной и летом Кася могла загулять, но ненадолго; протяжный вой Марты заставлял ее вернуться обратно в клетку. Однажды кошка разродилась прямо в клетке четырьмя котятами, к которым волчица отнеслась весьма благожелательно. Позже служащие зоопарка раздали подросших малышей посетителям, а Касю стерилизовали, дабы не создавала лишних проблем и не волновала своими загулами подругу Марту...

Есть "тот свет" и для животных, где любящие души снова встретятся.

А лет тридцать назад в том же зоопарке можно было наблюдать трогательные отношения между птенцом лебедя и маленькой обезьянкой из рода саймири, которые подружились во время совместного пребывания в ветеринарной клинике. Обезьянка живо реагировала на крик птенца, прижималась к его пушистому тельцу и гладила маленького лебедя. Как-то в осеннее ненастье саймири вдруг убежала и скрылась в парке среди деревьев. Опасаясь, что холодной ночью она замерзнет на улице, служители попытались поймать беглянку, но им это не удалось.

Тогда зоотехникам пришла в голову мысль обратиться за помощью к птенцу. Маленький лебедь, недовольный тем, что его вынесли из теплой комнаты, стал громко протестовать. Его приятельница тут же отозвалась на крик и прибежала на помощь своему дружку. Прижавшись друг к другу, они отправились "домой".

Невосполнимая утрата

Не менее крепкой бывает дружба между животным и человеком. Известно немало примеров, когда после смерти хозяев их четвероногие питомцы умирали от тоски или голода, переставая есть и пить. Бывали и случаи явного самоубийства. Собаки, подобно Зевсу, о котором мы рассказывали выше, бросались под колеса машины или даже... выбрасывались с балкона. О подобном печальном случае мне рассказал как-то знакомый кинолог. После того, как умер хозяин, тоскующего и воющего спаниеля Мика родственники во время поминок вывели на балкон. Через некоторое время оказалось, что на балконе никого нет, а внизу на земле лежит мертвый Мик. Мало кто сомневался в том, что верный и любящий пес попросту покончил с жизнью, намеренно выпрыгнув с восьмого этажа.

По материалам Интернета.

ХИЩНИК ИЗ НИОТКУДА

В одном из прудов штата Мэриленд появился неизвестно откуда опасный хищник, угрожающий существованию всех остальных обитателей водоема. Специалисты ломают голову, как избавиться от непрошеного гостя.

Биологи бьют тревогу и никак не могут понять, откуда он появился в американском штате. Пугает то, что жертвой этого хищника может стать любая живность. Экзотическое создание порой достигает метра в длину и перегрызает любые сети. Живым его поймать практически невозможно. Странная рыба обладает удивительной способностью адаптироваться к любой среде и выживать при самых неблагоприятных для нее условиях.

Никто не знает, как можно выловить это существо, пока оно не уничтожило все вокруг.

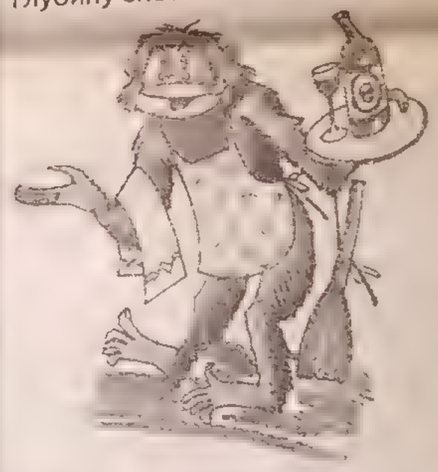
ОБЕЗЬЯНЫ-КИБОРГИ

То, что время появления на свет киборгов пришло, становится все очевиднее. И в подтверждение этому - свежая новость о появлении загадочных обезьян, которые "силой мысли" могут манипулировать изображением на мониторе компьютера. А все дело в том, что препятствий на пути слияния мозга и компьютера практически не осталось.

В эксперименте участвовали три обезьяны, и всем трем в мозг были введены электроды размером с горошину. Чипы были расположены непосредственно в доле мозга, отвечающей за координацию "рук".

Уже создано предприятие под названием "Cyberkinetics", которое будет специализироваться на создании кибернетических животных. Однако многие специалисты с большой осторожностью относятся к этим разработкам. Ведь вполне может повториться сценарий фильма "Газонокосильщик", где обезьяны-киборги достигли высокого интеллектуального уровня, просто вырвались на свободу, перестреляв охрану.

...дает, что слышали голос чудовища: "То негромкое с присвистом шипение, то глухой протяжный рев". Скептики, однако, утверждают, что подобные звуки вполне может издавать все что угодно. Однако все что угодно не может утаскивать на глубину скот.



КАК ЗЕМЛЯНИН УГНАЛ "ТАРЕЛКУ"

НЕ МОЖЕТ БЫТЬ?

Как ни странно, самые массовые свидетельства полетов неопознанных объектов относятся к концу XIX века, когда вершиной аэронавтики считался воздушный шар.

27 марта 1897 года сигарообразный аппарат появился над городом Топика, штат Канзас. Из носовой части объекта вырывался узкий луч кроваво-красного цвета, рыскавший по небу без определенной последовательности и цели. Согласно городским архивам, полет над Топикой наблюдали более 200 человек, среди которых оказался *даже губернатор Лиди.*

Тогда многих очевидцев небесного корабля охватила паника, и они бросились в подвалы и погреба. Губернатор Лиди, напротив, не проявил никакого беспокойства. С присущим ему юмором он сказал в интервью местному репортеру: "Я не знаю, чем на самом деле являлась эта штука, но надеюсь, что в будущем подобные аппараты позволят решить проблему перегруженности железных дорог!".

Пока тысячи людей по всей территории США созерцали в небе сигарообразные аппараты, некоторые счастливчики похвалялись непосредственным общением с их экипажами. Одно из наиболее любопытных свидетельств такого рода принадлежало сенатору штата Арканзас Кристоферу Вудсу. В час ночи сенатора разбудил странный шум, доносившийся с лужайки перед его домом. Сенатор набросил халат и вышел посмотреть, в чем дело. Каково же было его изумление, когда на лужайке перед домом он увидел большой сигарообразный корабль, из которого один за другим вышли четыре человека!

По словам бородатого аэронавта, топливом для его корабля служила обычная вода

Один из них, почтенный бородатый джентльмен, обратился к сенатору с вежливой просьбой одолжить немного воды из его пруда для двигателя аппарата. Вудс разрешил взять воду, и пока три члена экипажа закачивали ее в чрево корабля при помощи гибкого шланга, выслушал рассказ бородатого пилота.

И это случилось

Оказалось, что в 1895 году этот человек обнаружил НЛО на поле у собственной фермы в Оклахоме. Поскольку владельцев аппарата поблизости не было видно, он проник внутрь корабля и попал в отсек управления. Ему удалось быстро разобраться с приборами и рычагами, и вскоре управляемый им аппарат поднялся в небо!

По словам бородатого аэронавта, топливом для его корабля служила обычная вода, запасы которой исчерпывались через три-четыре дня беспосадочного полета. Поблагодарив озадаченного сенатора за гостеприимство, члены экипажа залезли внутрь аппарата, который затем поднялся и улетел в неизвестном направлении.

Как ни удивительно выглядит свидетельство сенатора Вудса, оно было подкреплено рядом сообщений о контактах с бородатым пилотом летающего сигарообразного корабля. Владелец бакалейной лавки в городе Лансинге (штат Мичиган) встретился с ним при довольно необычных обстоятельствах. Среди ночи бакалейщика подняли с постели громкие удары в дверь магазина.

Удары не прекращались, и рассерженному владельцу пришлось впустить внутрь неурочного покупателя. Им оказался тот самый бородатый джентльмен, но подвыпивший, который потребовал кофе, сэндвичи и штопор. Получив требуемое и расплатившись с продавцом, джентльмен удалился. Когда же бакалейщик выглянул на улицу, то увидел *перед магазином поднимающийся в небо сигарообразный аппарат!*

Евгений ДМИТРИЕВ.

© "НЛО".

ПАРАД ПЛАНЕТ

УЛЕТАЕМ

позволят решить проблему перегру-

взять воду, и пока три члена экипажа закачивали ее в чрево корабля при помощи гибкого шлан-

городе Лансинге (штат Мичиган) встретился с ним при довольно необычных обстоятельствах. Среди

теля. Им оказался тот самый бородатый джентльмен, но подвыпивший, который потребовал кофе, сэн-

Небо сигарообразный аппарат.

Евгений ДМИТРИЕВ.

© **"НЛО".**

ПАРАД ПЛАНЕТ

В конце апреля небо приготовило астрономам интересное зрелище, которое повторяется нечасто: на вечернем небосклоне на западе выстроились, как по линейке, видные невооруженным глазом пять планет.

ВИФЛЕЕМСКАЯ ЗВЕЗДА

- Хотя в будущем представится возможность наблюдать планеты Солнечной системы в других констелляциях, но такое расположение небесных тел, как в этом году, может повториться только через 70 лет, - объясняет Филип Сэдлер из Гарвардского астрофизического центра. - Это такая возможность, которая выпадает человеку действительно лишь раз в жизни.

Цепочка планет начиналась над самым горизонтом. Ниже всех расположился Меркурий. Над ним растянулись в ряд Венера, Марс, Сатурн, и несколько на отшибе оказался Юпитер. Необычное расположение планет наблюдалось в течение трех недель. Лучше всего планеты были видны вечером, так как низко стоявшие Меркурий и Венера очень рано заходили и пропадали из виду.

Многие историки и астрономы предполагают, что более двух тысяч лет назад над Вифлеемом 1 апреля 2 года до н.э. ярко сияли планеты, расположенные в таком же порядке, как в этом году.

В Евангелии от Матфея рассказано, что волхвы "видели звезду Его на востоке и пришли поклониться Ему". Они пошли в Вифлеем, и в это время "звезда, которую видели они на востоке, шла перед ними ... пришла и остановилась над местом, где был Младенец".

Христианская Церковь уже в первые века нашей эры пыталась уточнить, что за светило указало волхвам путь к младенцу Иисусу. Отцы Церкви пришли к выводу, что это была комета, поскольку "видимая" на востоке звезда была новой и не походила ни на одну другую.

Астрономы вычислили, что во второй половине 12 года до н.э. к Земле подходила на довольно близкое расстояние комета Галлея.

По другой гипотезе, Вифлеемская звезда могла быть новой звездой, которая вспыхнула в созвездии Кассиопея. Эту звезду впервые наблюдали в 1527 году, но потом она периодически загоралась на небе через каждые триста с небольшим лет.

Гипотеза о том, что Вифлеемской звездой, известной из Священного писания, было необычное расположение планет, возникла одной из первых - в 200 году н.э. В те годы к астрологии относились с уважением и положению планет на небе придавали особенное значение.

Астроном И.Кеплер в 1604 году наблюдал расположение Марса, Юпитера и Сатурна и вспышку новой звезды по соседству с этими планетами. По подсчетам ученых, в 7 году до н.э. на небе Юпитер и Сатурн стояли рядом, а через год к этой "парочке" присоединился Марс. Такое астрономическое событие случается чрезвычайно редко - примерно раз в тысячу лет.

Эта гипотеза косвенно подтверждается тем, что жители Иудеи не обратили никакого внимания на Вифлеемскую звезду. Если бы это была комета или новая яркая звезда, они вряд ли могли бы не заметить небесное знамение. Соединение планет не особенно впечатляет непосвященных, только волхвы, умевшие читать тайные знаки по светилам, поняли приближение важнейшего события.

По материалам Интернета.

ПОЕХАЛИ!

УЛЕТАЕМ В КОСМОС НА ВЕКА

Исследование и колонизация космического пространства вскоре станут семейным делом. Браки будут в прямом смысле заключаться на небесах...

В университете штата Флорида антрополог Джон Мур вновь поднял вопрос о том, как долго и какими средствами будет осуществляться колонизация космического пространства. Очевидно, сказал он, на это уйдут не год и не два, а столетия и даже тысячелетия. Следовательно, одиночки и небольшие команды окажутся не способны выполнить эту задачу за свою короткую жизнь. Значит, как об этом давно уже пишут фантасты, придется строить гигантские космические корабли, в которых смогут жить многие поколения людей.

Глубокое замораживание, банк

оплодотворенных яйцеклеток, развитие которых заторможено до тех пор, пока не будет найдена пригодная для жизни планета, или формирование экипажей из кибернетических организмов - все это уже не кажется таким невероятным. Но, по мнению Джона Мура, в исследовании космоса лучше применять, может быть, устаревшие, но проверенные методы.

Идеальный экипаж, по его мнению, должен состоять примерно из 160 человек. Это как раз достаточное количество народа, чтобы на каждого человека приходилось около 10 потенциальных супругов, и к десятому поколению не возникла проблема браков между близкими родственниками, ведущих, как известно, к вырождению и наследственным заболеваниям.

Однако существует две проблемы - внутренняя борьба и язык. Маленькие изолированные общины, подобно тем, что живут на антарктических исследовательских станциях, являются печально известным примером того, как люди сами сокращают свою численность за счет кровной вражды, вспыхивавшей из-за незначительных конфликтов.

Языковая проблема состоит в том, что за время межгалактического путешествия длиной, скажем, в 600 лет, язык, на котором будет говорить вернувшаяся команда, станет сильно отличаться от того, на котором пойдет общение на Земле.

И это - только малая часть проблем, пути решения которых потребуется найти прежде, чем отправлять корабли в глубокий космос.

© **"Тайная власть"**.

ПРЕДЧУВСТВИЕ

ЗА ПОРОГОМ СОЗНАНИЯ

Трудно найти хоть один классический роман, в котором бы не фигурировала одна из самых загадочных тайн человеческой психики - феномен предчувствия.

В одних случаях герой, доверившись этому неслышимому внутреннему голосу, не совершает какого-либо действия и счастливо избегает гибели, в другом, напротив, не вняв ему, погибает.

Расскажу о трех случаях, когда предчувствие позволило мне не оказаться на самолетах, попадавших затем в авиакатастрофы. Первый случай относится еще к студенческим годам. Тогда мы с женой были на производственной практике в метеообсерватории Минска и даже немного заработали, на что и приобрели туристические путевки по Военно-Сухумской дороге.

Выезд туда предполагался через несколько дней после окончания практики, а метеорологи из Минского аэропорта предложили нам прекрасный вариант: как раз через несколько дней начальство выделяло для семей летчиков, штурманов и авиамехаников спецрейс до Адлера, а оттуда до Сухуми - рукой подать. Жена была "за", я же без всякой уважительной причины вдруг заупрямился и настоял, чтобы мы вернулись в Ленинград, а оттуда добирались до места поездом.

Спецрейс при подлете к Адлеру в низких облаках врезался в гору. Все погибли.

Здесь стоит упомянуть, что институт я закончил по специальности "инженер-аэролог" и тем самым был обречен на регулярные полеты на самолетах и прочих воздушных судах для исследования атмос-

дания еще более часа. Но на меня свалилось какое-то оцепенение и абсолютно нелогичное нежелание что-либо менять.

Девушки уже были у окошечка регистратора, когда моя дипломантка вдруг сказала подруге, что не хочет менять билет, и вернулась в зал ожидания. А самолет с ее подругой, вылетевший более ранним рейсом, до пункта назначения не долетел...

А ведь я не предпринял ни малейших попыток удержать свою дипломантку от перемены рейса, более того, этому активно противодействовала подруга, но ее собственное, в те моменты совершенно неосознанное предчувствие оказалось сильнее. Кстати, мы были не единственными, кто по разным причинам отказался пересаживаться на более ранний самолет.

Но наиболее характерным в смысле предчувствия оказался третий случай, произошедший в 70-х годах минувшего века. Работая над диссертацией, я разработал прибор для определения электрически опасных зон в облаках. Мой шеф договорился с начальником лаборатории атмосферного электричества Главной геофизической обсерватории им.Воейкова, что его испытание будет проведено на самолете-лаборатории Ил-14, принадлежащим обсерватории. Я был крайне заинтересован в проведении испытания, поскольку это сразу привносило в диссертацию целую гла-

Внутренний голос - не удел избранных. Как его услышать?

НАЗАД - В СТАЮ!

С того времени, как писатель

Адлера, а оттуда до Сухуми - рукой подать. Жена была "за", я же без всякой уважительной причины вдруг заупрямился и настоял, чтобы мы вернулись в Ленинград, а оттуда добирались до места поездом.

Спецрейс при подлете к Адлеру в низких облаках врезался в гору. Все погибли.

Здесь стоит упомянуть, что институт я закончил по специальности "инженер-аэролог" и тем самым был обречен на регулярные полеты на самолетах и прочих воздушных судах для исследования атмосферы, так что в те годы к путешествиям по воздуху относился вполне положительно.

Второй "звоночек" прозвучал, когда я десятилетие спустя возвращался из Киева в Ленинград. В аэропорту Борисполя я встретил двух девушек из нашего института, которые возвращались с производственной практики. Одна из них была моей дипломаткой. Девушка нашей неожиданной встрече обрадовалась, нам было, о чем поговорить и, пройдя регистрацию, мы уселись в зале ожидания. Но тут вдруг объявили, что на Ленинград вылетает внерейсовый самолет и те, кто зарегистрировался на последующие рейсы, могут перерегистрироваться и идти на посадку.

Подруга моей дипломантки тут же бросилась на перерегистрацию, уговорила и ее. Мне также не было никакого резону сидеть в зале ожи-

третий случай, произошедший в 70-х годах минувшего века. Работая над диссертацией, я разработал прибор для определения электрически опасных зон в облаках. Мой шеф договорился с начальником лаборатории атмосферного электричества Главной геофизической обсерватории им.Воейкова, что его испытание будет проведено на самолете-лаборатории Ил-14, принадлежащим обсерватории. Я был крайне заинтересован в проведении испытания, поскольку это сразу привносило в диссертацию целую главу и акт о внедрении. Испытывать прибор, естественно, предстояло мне самому. И хотя я раньше уже летал на этом самолете, по мере приближения сроков испытания мое желание пойти в рейс стремительно падало, и в итоге я сделал все от меня зависящее, чтобы прибор к назначенному сроку не был готов.

Во время полета над Сибирью самолет разбился - в тумане зацепил сопку. Но, что удивительно, кроме экипажа, погибли всего два сотрудника лаборатории, остальные по разным причинам не полетели в этот роковой рейс: кто проспал, кто перепил, а кто, проиграв в гостиничном номере полночи в карты, просто решил не лететь. Что же касается моего прибора, то он был испытан позже на самолете-лаборатории Центральной аэрологической обсерватории под Москвой, и испытания прошли вполне успешно.

Внутренний голос - не удел избранных. Как его услышать?

После третьего случая я решил больше не искушать судьбу и с тех пор передвигаюсь только наземным транспортом и, возможно, благодаря этому я и пишу в настоящий момент эту статью.

В конце 80-х годов журнал "Техника молодежи" предложил своим читателям рассказать о случаях предчувствия экстремальных ситуаций. И хотя для тогдашнего советского человека слово "предчувствие" попахивало мистикой, а то и просто отсутствовало в лексиконе, история сохранила свидетельства людей, предчувствовавших за день, месяц, а то и за годы свою насильственную смерть.

Известный летчик Григорий Бахчиванджи, испытывавший в 1943 году первый советский ракетный истребитель, на небольшом банкете по поводу одного из успешных испытаний вдруг заявил собравшимся, что он обязательно разобьется на этом самолете. Так оно и вышло. Его коллега, американский летчик-испытатель Д.Коллиндз, описал свою будущую гибель во время испытаний в короткой новелле, закончив ее словами: "И вот я умер".

В сентябре 1944 года подводная лодка Щ-402 готовилась к очередному походу, вполне рядовому по тем дням. "Однако перед этим походом командир лодки Александр Каутский находился в подавленном настроении", - вспоминает его тогдашний начальник контр-адмирал И.А.Колышкин: "Он передал мне фотографии, лежавшие под стеклом на его столе, и просил переслать их жене". Лодка из похода не вернулась...

Предчувствие - вовсе не удел избранных (или богоизбранных), оно присуще каждому человеку, только находится на пороге восприятия, а то и за порогом. Однако его можно развить специальными приемами почти точно так же, как можно развить зрение или слух. Есть и другой путь: когда отсутствует зрение или слух, их заменяют соответствующими протезами. Если человек не способен непосредственно слышать предупреждение своего внутреннего голоса, он может освоить другие способы посылки запроса в "глобальную информационную сеть" и получение на него ответа.

Такие методы известны с древних времен: это так называемые "волшебная палочка", или рудоискательская рогулька, ныне упрощенная до Г-образной спицы, "звездный маятник" (или кольцо на нитке), спиритические блюдца и тому подобные атрибуты. Все они так или иначе выполняют одну и ту же функцию: переводят сигналы из подсознательного на сознательный уровень. Наконец, до недавнего времени существовал еще один, самый экзотический способ: те, кто хотел узнать свое Будущее, ехал в Болгарию к бабе Ванге. Ее внутренние голоса за время жизни провидицы успели "обслужить" сотни тысяч верующих и неверующих.

Валентин ПСАЛОМЩИКОВ.

© "НЛО".

НАЗАД - В СТАЮ!

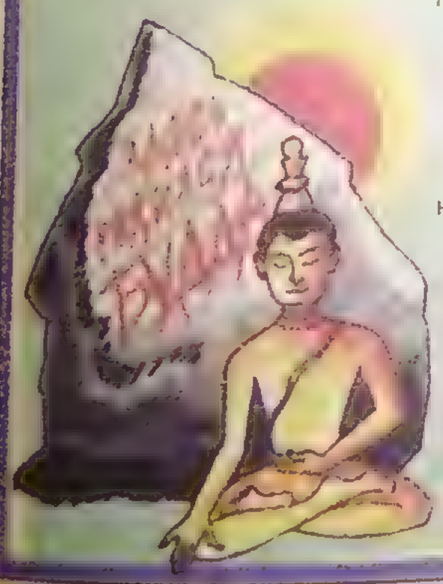
С того времени, как писатель Редьярд Киплинг написал сказку "Маугли", прошло уже не одно десятилетие. За это время человек освоил космос и покорил энергию атома. Тем не менее то в Африке, то в Азии время от времени находят детей, выращенных животными. Последний такой случай произошел в Чили.

Пятилетнего малыша бросила мать, и он прижился в стае бродячих собак. Вместе с ними рылся в помойках, дрался с соперничающими сворами, спал в норах. Полицейские уже давно заметили мальчика и в течение 2 лет охоти-

лись за ним, но уличные псы всякий раз помогали "человеческому детенышу" уйти от преследования.

И все-таки чилийского Маугли отловили и направили в больницу. Он не умеет говорить, зато отлично лает. Врачи убедились: ребенок неизлечим, ничто человеческое к нему уже не вернется. Он не доверяет людям и не идет на общение с ними. Его не могут отучить от воя, которым он призывает своих друзей - бродячих собак.

ГДЕ РОДИЛСЯ БУДДА?



Буддизм - одна из трех мировых религий. Ее исследователи уже не одну сотню лет пытаются найти место рождения Будды. Практически каждый монастырь считает своим долгом послать на поиски специально подготовленных для этого монахов-пилигримов. Они направляются в Гималаи, где, по преданиям, находится святое место.

Однако отыскать его удалось совсем недавно - на юге Непала обнаружен камень, заложенный через 400 лет после рождения пророка последователем его учения императором Ашокой. Надпись на нем рассказывает о чудесном рождении на этом месте основателя религии. Находка сделана примерно в 240 километрах от Катманду. Теперь сюда толпами валят паломники со всего мира.

Злой дух Винчестеров

Винтовка принесла известному роду миллионы и... сплошные несчастья. Почему?

МЕСТЬ

Оливер Винчестер, хозяин мануфактуры, в 1857 году сделал изобретение: сконструировал винтовку, в которой использовал рычаговый механизм для загрузки пуль в казенную часть.

Новое оружие обладало уникальной по тем временам способностью производить один выстрел каждые три секунды, став первой магазинной винтовкой, долгое время не знавшей себе равных. Винче-

вейшей девушке Коннектикута, Саре Пэрди. В 1866 году у Сары родилась дочь Энни. Вскоре после этого многочисленные несчастья начали преследовать семью Винчестеров. Энни тяжело заболела и вскоре умерла. Горе матери не знало границ, и она в течение семи дней ничего не ела и ни с кем не разговаривала, сидя над телом умершего ребенка. Женщина впала в глубокую депрессию и провела в больнице несколько лет, по-прежнему храня молчание.

Однако постепенно Сара пришла в себя и возвратилась к нормальной жизни. Но вскоре на семью обрушилось новое несчастье. Вильям заболел туберкулезом и в 1881 году умер. Сара оказалась обладательницей двадцатимиллионного состояния, которое по тем временам было сказочным. Кроме того, вдова владела 50% акций компании, производящей стрелковое

собностью связываться с духами умерших родственников. Женщина была очень набожна и сначала наотрез отказывалась обращаться к мистическим силам, но в конце концов решилась на рискованный шаг.

Во время спиритического сеанса медиум произнес: "Ваш муж здесь!" и точно описал внешность Вильяма. Спирит никогда не встречался с усопшим и не мог знать как тот выглядел при жизни, поэтому Сара безоговорочно поверила ему. Медиум поведал, что дух Винчестера сообщил, что на семье лежит проклятье, явившееся причиной смерти Энни и Вильяма.

Проклятье - результат изобретения и производства Оливером Винчестером смертоносного оружия. Десятки тысяч людей в разных концах земли погибли от пуль, выпущенных из винтовки, и их души жаждут отмщенья. Саре дух умершего супруга велел продать всю недвижимость в Коннектикуте и двинуться в сторону заходящего солнца. Муж будет гидом в этом путешествии, и когда она достигнет места своего нового пристанища, Вильям даст знать. Женщина должна пост-

Наследница Винчестеров последовала совету, продала имущество и отправилась в Калифорнию, искренне веря, что всеми ее действиями руководит дух супруга. Сара остановилась в Санта-Кларе в 1884 году, где ей приглянулся небольшой дом из шести комнат, принадлежавший доктору Кэлдвеллу. Площадь усадьбы составляла 166 акров.

Кэлдвелл не собирался продавать недвижимость, но миссис Винчестер предложила такую сумму, от которой он не смог отказаться. Сара наняла рабочих, чтобы снести старый дом, и начала сооружение нового. Она намеревалась никогда не заканчивать строительство. И работа не прекращалась ни на минуту. Нанятые двадцать два плотника работали круглый год, двадцать четыре часа в сутки.

Сара встречалась с инженером, руководившим строительством, каждое утро и давала указания, что следует сделать за день. Сооружение дома не велось по определенному плану, как это обычно делается, а но-

Десятки тысяч людей погибли от пуль, выпущенных из винтовки, и их

дущими в никуда, длинными изогнутыми коридорами, бесконечными анфиладами помещений. В некоторых спальнях имелись камины, общим числом 47. Внутри дома были сооружены лифты, на крышу выходили люки, открывавшиеся прямо из комнат. Ложные трубы украшали крышу.

Как считала Сара, таким образом можно обмануть привидения, ведь именно через трубы, по поверьям, последние проникают в дома. К наружным стенам были пристроены десятки пожарных лестниц.

Год за годом этаж надстраивался над этажом, крыло присоединялось к крылу. Здание выглядело совершенно нелепо и бесформенно, различные части дома имели разное число этажей, от одного до семи.

Сара буквально помешалась на числе 13. Окна имели 13 стекол, паркетные полы содержали 13 секций, стены состояли из 13 панелей, лестничные пролеты насчитывали 13 ступеней, крышу здания венчали 13 куполов. Вдова верила, что таким образом отпугивает духов зла и лишает силы людей, намеревающихся причинить зло. Хозяйка целыми днями бродила по дому, где легко было заблудиться, а бессонными ночами играла на фортепьяно.

Остаток жизни до самой своей смерти, наступившей 4 сентября 1922 года, когда она тихо скончалась в возрасте 83 лет, Сара посвятила Винчестер-Хаусу.

В настоя...

в которой использовал рычаговый механизм для загрузки пуль в казенную часть.

Новое оружие обладало уникальной по тем временам способностью производить один выстрел каждые три секунды, став первой магазинной винтовкой, долгое время не знавшей себе равных. Винчестер организовал фирму по производству винтовок и вскоре стал обладателем огромного состояния благодаря правительственному контракту на поставку оружия и другим выгодным сделкам.

Состояние отца унаследовал сын Вильям, женившийся на красила в больнице несколько лет, по-прежнему храня молчание.

Однако постепенно Сара пришла в себя и возвратилась к нормальной жизни. Но вскоре на семью обрушилось новое несчастье. Вильям заболел туберкулезом и в 1881 году умер. Сара оказалась обладательницей двадцатимиллионного состояния, которое по тем временам было сказочным. Кроме того, вдова владела 50% акций компании, производящей стрелковое оружие, приносивших доход около тысячи долларов в день.

Несмотря на огромное богатство, безутешная наследница чувствовала себя самым несчастным человеком на свете. Один из друзей посоветовал обратиться к медиуму, который, как говорили, обладал спо-

...Винчестером смертоносного оружия. Десятки тысяч людей в разных концах земли погибли от пуль, выпущенных из винтовки, и их души жаждут отмщенья. Саре дух умершего супруга велел продать всю недвижимость в Коннектикуте и двинуться в сторону заходящего солнца. Муж будет гидом в этом путешествии, и когда она достигнет места своего нового пристанища, Вильям даст знать. Женщина должна построить жилище для себя и для духа Вильяма. Дух предупредил о том, что никогда нельзя заканчивать строительство. Если это произойдет, Сара тотчас умрет.

на минуту. ... плотника работали круглый год, двадцать четыре часа в сутки.

Сара встречалась с инженером, руководившим строительством, каждое утро и давала указания, что следует сделать за день. Сооружение дома не велось по определенному плану, как это обычно делается, а носило совершенно беспорядочный, хаотичный характер. Комнаты пристраивались к комнатам, постепенно превращаясь в очередное крыло здания, неуклюже соединенное с остальной частью дома.

Десятки тысяч людей погибли от пуль, выпущенных из винтовки, и их души жаждут отмщенья.

Дом изобиловал дверьми, за которыми часто находилась глухая стена, бесчисленными лестницами, ве-

...было заблудиться, а бессонными ночами играла на фортепьяно.

Остаток жизни до самой своей смерти, наступившей 4 сентября 1922 года, когда она тихо скончалась в возрасте 83 лет, Сара посвятила Винчестер-Хаусу.

В настоящее время усадьба Винчестеров объявлена исторической достопримечательностью, о которой в проспектах сообщается, что это странное строение с неизвестным числом комнат. Многие верят, что в доме обитают привидения. Во всяком случае, призрак Сары видели неоднократно.

По материалам Интернета.

Я ТЕБЯ РИСУЮ

ЖЕРТВЫ ЖИВОПИСИ

Известный в России экстрасенс утверждает, что “влияние на человека можно оказывать через его “подобие”.

Подобием может быть портрет либо фотография. Не случайно многие экстрасенсы, маги, колдуны, гадалки используют при своих практических опытах фотографии.

Кстати, экстрасенс, говоря о воздействии через портрет, “убежден, что все дело... в вибрациях. В их скорости. А использовать эти вибрации можно как в добрых, так и в пагубных целях. Пример - колдовство. В его основе те же вибрации. Цель - нанести вред - в этом случае может быть легко достигнута. И как тут не вспомнить шаманские “технологии” изготовления подобия человека - деревянных кукол, через которые можно влиять на любого человека”.

А еще дело в самом художнике. Если он просто рисует изображение, не вкладывая душу, - одно дело. Хотя ведь этим “подобием” могут воспользоваться другие. И пользуются. Примеры тому есть. Тема эта волнует издавна. Над тайнами “судьбоносных” картин работали многие ученые, научные центры в Германии, Франции, Голландии. Были использованы даже специальные приборы, зафиксировавшие присутствие некой посторонней энергии.

Работали ученые и в мастерских художников. Приборы фиксировали: когда у художника энергетика повышается, у натурщика резко снижается. Кстати, абсолютно все позировавшие художникам чувствовали после сеанса некоторое опустошение, сильную усталость. Бывали и другие случаи. Вывод? Художник либо забирает энергию, либо отдает ее окружающим. Причем отмечен факт: на близких людей это воздействие бывает многократно больше...”

Ван Дейк увидел в лице короля Карла I обречённость, покорность.

Существует народное поверье: портрет в доме недоброжелателя разрушает мир в семье. Кстати, не все фигурки божков (это ведь тоже “подобие”) следует вносить в квартиру. Можно в доме держать портрет лишь того умершего, кто был вам близким другом, искренним человеком. Он не навредит. Чужие, злые люди - другое дело.

Александр Харченко, корр. ИТАР-ТАСС.

САМЫЙ НЕВЕЗУЧИЙ

По восточным поверьям, человеку не везет потому, что кто-то из его предков жил неправедной жизнью и его потомку теперь приходится расплачиваться за прошлые грехи. В таких случаях говорят, что у него плохая карма...

У 52-летнего Бернара Ашерио, парикмахера из французского города Де-Пюи-ан-Велэ, в роду, очевидно, был великий грешник, поскольку недавно он попал в Книгу рекордов Гиннесса как самый невезучий человек: число свалившихся на него бед уже перевалило за полторы сотни!

Все началось с того, что в полтора года малыш сделал первый в своей жизни шаг, споткнулся, упал и сломал бедро, хотя в этом возрасте такие падения обычно обходятся без травм. Когда Бернар немного подрос, родители купили ему трехколесный велосипед. Стоило мальчику сесть на него, как он тут же перевернулся и сильно разбил себе голову. В школьные годы, будучи подростком, Ашерио ломал руки и ноги, попадал под колеса автомобиля, падал с крыши, тонул в реке и т.д. и т.п.

Парапсихологи не раз предлагали Бернару подвергнуться регрессивному гипнозу, чтобы выяснить, кто из его предков повинен во всех этих бедах. Но он упорно отказывается. Говорит, что не хочет позорить их и будет нести свой крест до конца.

© **“Тайная власть”.**

АХ ТЫ, ВРЕДНОЕ СТЕКЛО!

"ГЛЯДИСЯ ЧАЩЕ В ЗЕРКАЛА..."

Эти слова принадлежат М.Ю.Лермонтову. Но "глядеться" надо с умом. Зеркало может снять стресс, а может и "рассердиться"...

На Руси к зеркалам всегда было настороженное отношение.

При этом надо улыбаться и желать себе удачи

Есть ли у зеркала память?

Славянская традиция запрещала смотреться в зеркало женщинам во время месячных, беременности и некоторое время после родов. А наши староверы долгое время вообще не держали в домах зеркал. Считалось, что этот "подарок дьявола" может не только сам "заразиться" дурной энергией, но и передать её другим людям. Иван Грозный требовал, чтобы зеркала для его жены Марии Нагой изготавливались только слепыми мастерами: боялся сглаза и порчи, которые могли прийти через зеркало...

Может, всё это не такие уж и суеверия? Ведь, как установлено физиками, оптическая поверхность даже самого хорошего зеркала не только отражает, но и частично (примерно одну сотую долю) поглощает, а значит, запоминает падающую на него энергию. А эзотерики убеждены, что информация, когда-то "запомненная" зеркалом, может им излучаться и действовать на наше подсознание. Может, поэтому дурным знаком считалось разбить фамильное зеркало: как старинный член семьи, оно своими "родными" излучениями помогало хозяевам.

Хорошо, конечно, когда зеркало аккумулирует добрые излучения семьи. Но, к сожалению, мы чаще всего заряжаем его информацией

Не надо ругать себя перед зеркалом. Обиженное, оно припомнит всё.

ное, оно припомнит всё. И ещё. Перед тем, как отойти от него, советуют улыбнуться и пожелать себе успехов. Усиленная и возвращенная зеркалом положительная программа поможет снять стресс, поднять настроение, настроить на удачу. Ведь мы закладываем в зеркало программу, а оно программирует нас...

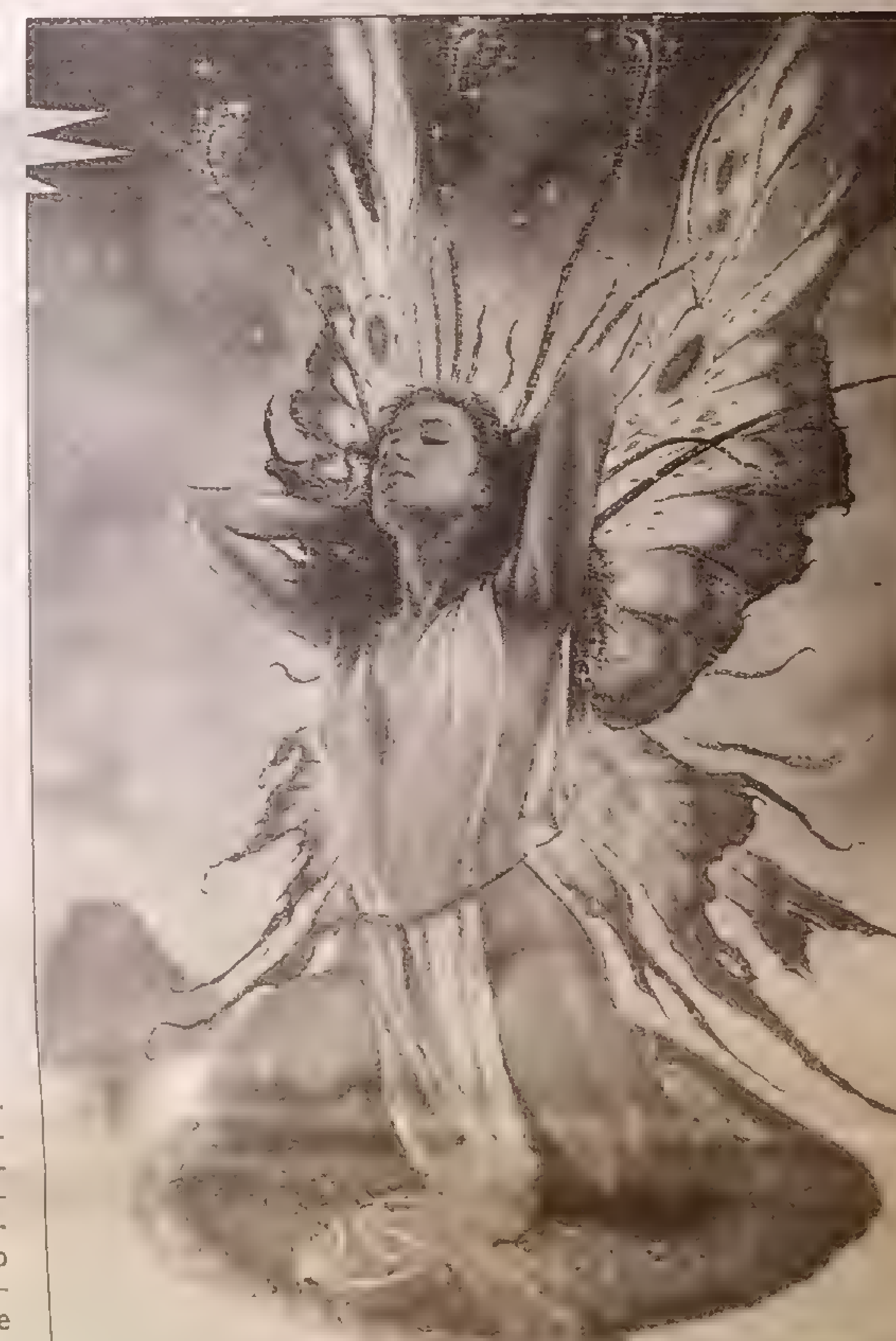
Народный опыт рекомендует после визита не очень приятных людей протереть все зеркала в квартире влажной тряпкой. А ещё лучше вымыть их святой или родниковой водой, которая не только смоет химический осадок, но и заберёт негативные эмоции и мысли "доброжелателей", ещё не успевшие глубоко въесться в зеркало. А ещё советуют после этого поводить перед ним зажжённой свечой: эффект чистки будет сильнее.

Кстати, есть поверье, что свеча может помочь не только для чистки духовно грязного зеркала, но и для высветления собственных мыслей. Если смотреть на своё зеркальное отражение сквозь огонь свечи и при этом чистосердечно, не кривя душой, повиниться в своих неблаговидных де-

изма при похоронах высших государственных деятелей зеркала убирали из помещений или завешивали чёрной тканью.

И хотя почти все говорят о том, что зеркало - это некая дверь в потусторонний мир, через которую могут проходить души, объясняют этот обычай по-разному. Одни утверждают, что сквозь "открытое окошко" душа покойного может затянуть кого-нибудь в иной мир; другие, что жажда жизни у умершего может привести к тому, что он пройдёт к нам сквозь зеркало с того света и останется неприкаянным; третьи, что, пока покойник в доме и "окошко" из иного мира приоткрыто, в жилище могут проникнуть опасные астральные сущности. И это якобы может стать причиной некоторых психических заболеваний, связанных, например, с раздвоением личности.

Часть этих поверий, думается, - отголоски каких-то реальных, но неправильно понятых событий. К примеру, рассказывают, что в доме покойника в незавешенном зеркале видели фигуру усопшего: то уходящую куда-то "в глубину", то, наоборот, глядящую как бы из "зазеркалья". Такое видение, наверное, можно объяснить тем, что от пси-поверхности зеркала отразилось и стало видимым обычно невидимое астральное тело покойного, которое довольно долго находится рядом с



когда-то запомненная зеркалом, может им излучаться и действовать на наше подсознание. Может, поэтому дурным знаком считалось разбить фамильное зеркало: как старинный член семьи, оно своими "родными" излучениями помогало хозяевам.

Не надо ругать себя перед зеркалом. Обиженное, оно припомнит всё.

Хорошо, конечно, когда зеркало аккумулирует добрые излучения семьи. Но, к сожалению, мы чаще всего заряжаем его информацией негативной. Ведь, если вдуматься, смотримся-то мы в него, как правило, для того, чтобы выискать и устранить недостатки. И находим: причёска не та, лицо помятое, одежда начала подозрительно обтягивать фигуру. Не можем исправить - и отходим недовольные. А зеркало все наши эмоции запомнило и в следующий раз поделится ими...

К рекомендациям психологов и косметологов (подходить к зеркалу с улыбкой, пореже смотреться в него, когда больны или переутомлены) добавляют: не надо ругать себя перед зеркалом. Обиженное, оно припомнит всё... перед ним зажжённой свечой: эффект чистки будет сильнее.

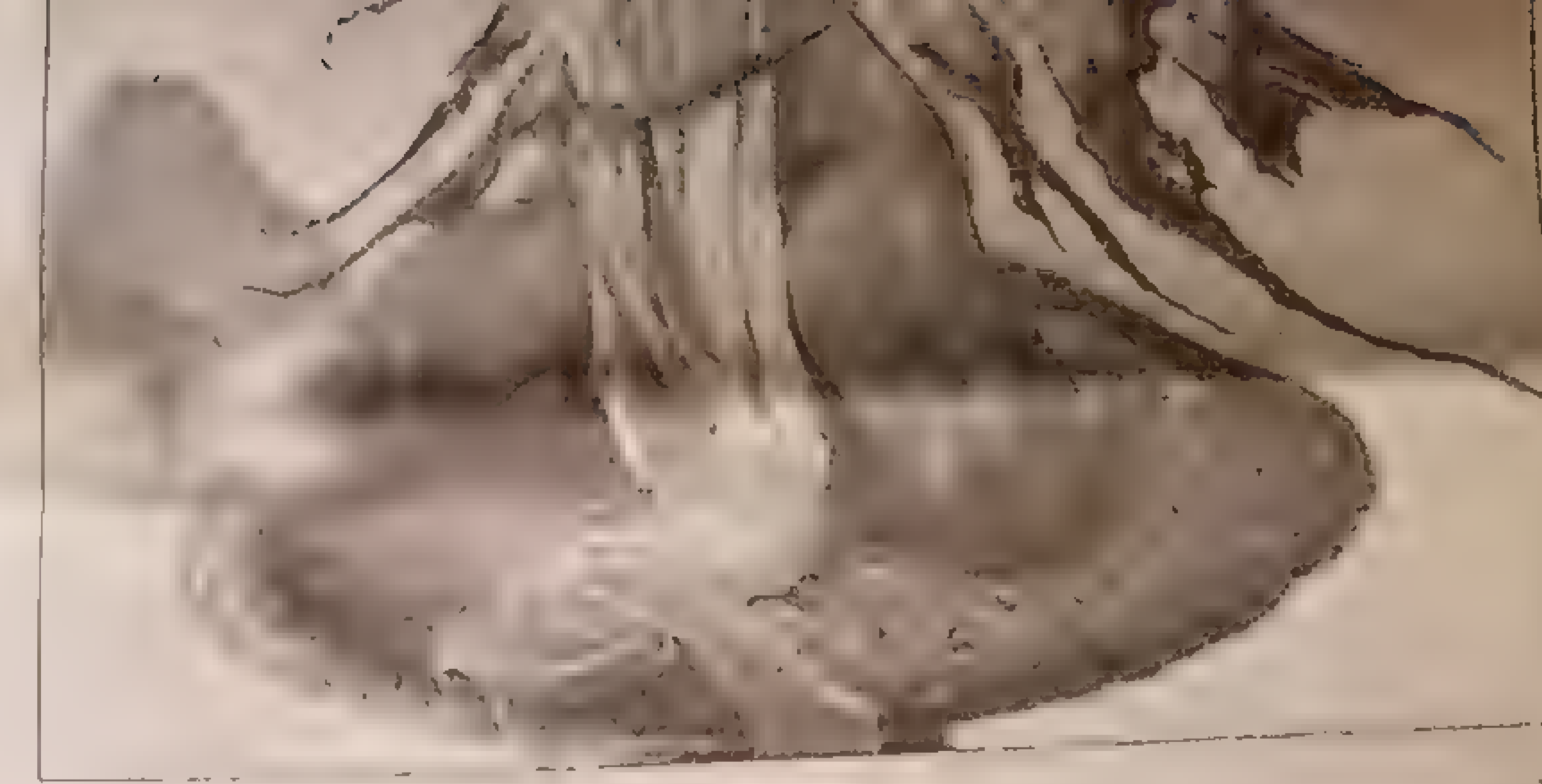
Кстати, есть поверье, что свеча может помочь не только для чистки духовно грязного зеркала, но и для высветления собственных мыслей. Если смотреть на своё зеркальное отражение сквозь огонь свечи и при этом чистосердечно, не кривя душой, повиниться в своих неблаговидных делах или мыслях, то на душе обязательно станет светлей и легче. Предполагают, что во время такой исповеди свеча выжигает энергетическую грязь наших мыслей и зеркало возвращает нам лишь чистые целебные излучения.

Зеркало в доме покойного

Загадочный обычай существует почти во всём мире: завешивать или поворачивать к стене зеркала при покойниках. Он так крепко сидит в традиции нашего народа, что даже в эпоху воинствующего атеизма ... некоторых психических заболеваний, связанных, например, с раздвоением личности.

Часть этих поверий, думается, - отголоски каких-то реальных, но неправильно понятых событий. К примеру, рассказывают, что в доме покойника в незавешенном зеркале видели фигуру усопшего: то уходящую куда-то "в глубину", то, наоборот, глядящую как бы из "зазеркалья". Такое видение, наверное, можно объяснить тем, что от пси-поверхности зеркала отразилось и стало видимым обычно невидимое астральное тело покойного, которое довольно долго находится рядом с умершим. Не исключается и такая причина появления умершего в зеркале: при определённом освещении запомнившийся когда-то физический облик хозяина зеркала (своего рода голограмма) может проявиться и стать видимым для сторонних наблюдателей.

Возможны и другие объяснения. Так, мистики утверждают, что зеркало - не только окошко, через которое мы можем заглянуть в мир, где обитают души умерших, но и окно "оттуда". И через него за нашим физическим миром могут наблюдать те, кто уже ушёл или только уходит из него. При этом расстояние значения не имеет. Тонкоэнергетический фантом умирающего



может проявиться в зеркале, находящемся от него за тысячи километров.

Разбитое зеркало

Повсеместно считается, что разбить зеркало - дурное предзнаменование: семь лет бедовать будешь. Либо умрёт кто-то в семье, либо с близким человеком рассоришься. А если зеркало не упало, а лишь покрылось трещинами - это знак того, что при смерти находится кто-то из родственников или лучших друзей. Казалось бы, какая может быть связь между всеми этими событиями? Нелепость...

Действительно, в загадочных случаях, связанных с разбившимися зеркалами, неясно, где причина, а где следствие. Треснувшее зеркало влечёт смерть человека или зеркало трескается из-за того, что в него посмотрелся обречённый? Есть версия, что причина трещин - мощный энергетический разряд, возникший из-за перекоса энергии подошедшего к зеркалу человека и его зазеркального (астрального) тонкого тела, которое в другом измерении уже восприняло грядущую смерть.

Так что есть смысл прислушаться к знахарям, которые советуют треснутое зеркало дома не хранить - лучше обрезать его (пусть будет поменьше, но цельное). И ещё почему-то рекомендуют о разбитом зеркале никому не говорить. А спросят, то как-нибудь отговориться, мол, на дачу увезли, не модно - заменить решили.

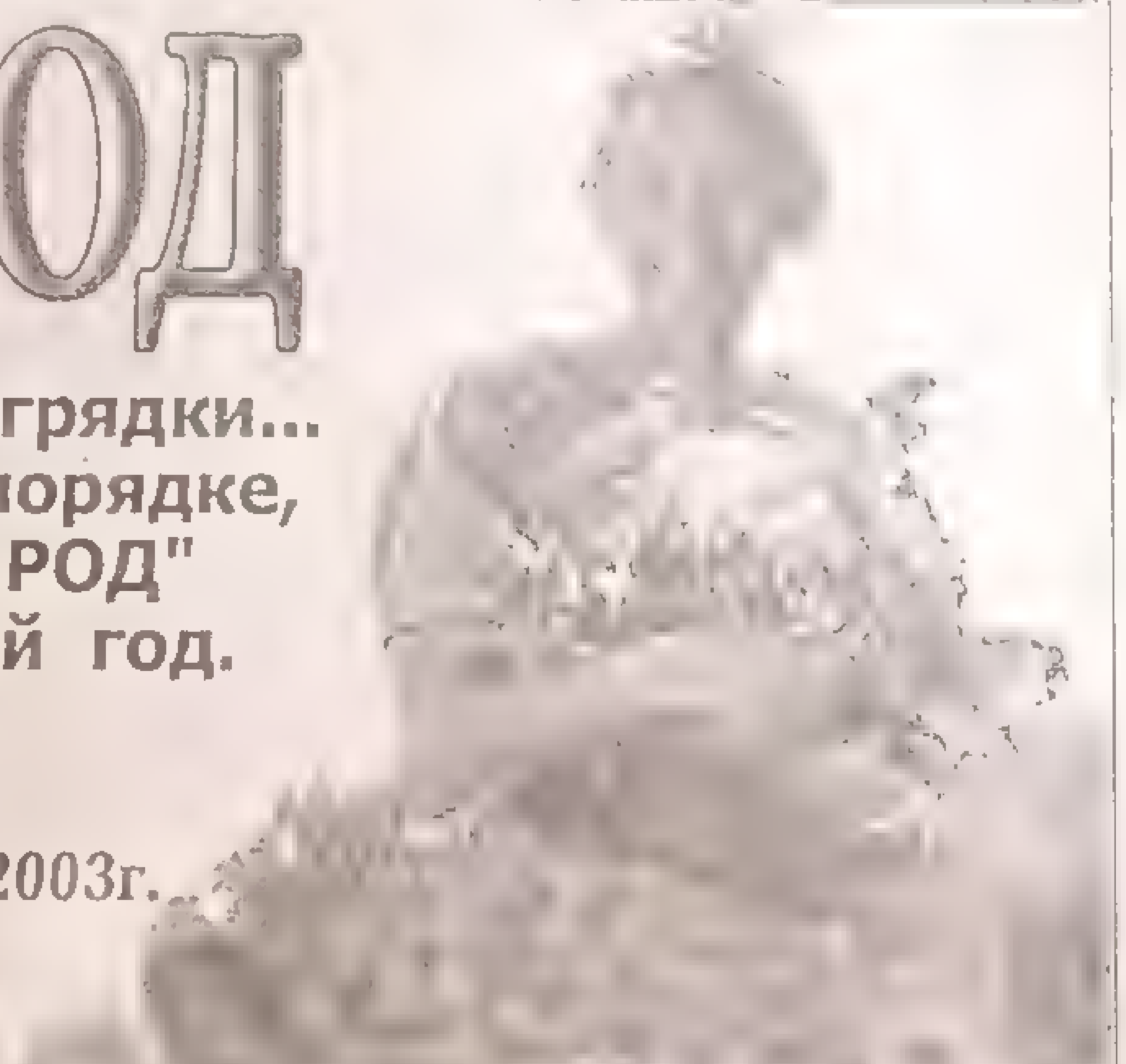
В любом случае от треснувших и разбитых зеркал, пожалуй, лучше поскорее избавиться. Как? У наших предков существовал прямо-таки ритуал для этого случая. Тщательно обрызгивали водой с веника (и только веника!) осколки разбившегося зеркала, заметали их и сразу же выносили из дома. Почему именно веник, а не швабра? Можно строить разные догадки. Возможно, это связано с чрезвычайно мощными энергетическими свойствами полостных структур, к которым относятся не только пчелиные соты и наши глаза, но и связки высохшей травы. Почему мокрый? Ну это, скорее всего, вызвано уникальными информационными свойствами воды. Видимо, по той же причине англичане выбрасывают осколки разбитого зеркала в быструю реку. Считают, что поток унесёт все неприятности...

Виталий ПРАВДИВЦЕВ.
©"Чудеса и приключения".

ОГОРОД

Семена, рассада, грядки...
С урожаем все в порядке,
Потому что "ОГОРОД"
Помогает круглый год.

Подписка
на первое полугодие 2003г.
продолжается



Не скупитесь. Сэкономите на газете — потеряете на урожае!

"Меня, как и многих женщин, постигла беда. Муж, рюмочка за рюмочкой, крепко запил. Пьяный, он становился агрессивным, часто уходил в компанию к неприличным женщинам. Надо было спасать мужа и семью, но ничего не помогало, пока не написала письмо парапсихологу Владимиру Николаевичу Мальцеву. Несмотря на расстояние, он сумел вернуть в наш дом счастье и покой".

Елена, г.Омск.

ПРОСТО НАПИШИТЕ О СВОЕЙ БЕДЕ.

Адрес: г.Ростов-на-Дону, а/я 5096 "Р", Мальцеву В.Н.
Телефон 8(8632) 991510.

Св. № 8722 СР

ОСТОРОЖНО: ПЯТНИЦА, 13-е!

ЗРИ В КОРЕНЬ

В этом году нам предстоит пережить "черную" пятницу - 13 декабря. И это не самый худший вариант.

Бывают годы, когда сочетание пятницы с 13-м числом повторяется троекратно. Правда нечасто - каждые 11 лет. Такой казус был в 2000 году, и, значит, опасающимся дана передышка.

Какие люди! И дрожат от страха

Вы, дорогой читатель, наверное, относитесь к тем, кто не особо суеверен. Но все-таки предпочитаете, чтобы этот день был уже позади, а не впереди. И вы не одиноки. Данные опросов показывают, что каждый четвертый европеец опасается этого числа.

И тем самым попадает в весьма благородное сообщество. Ведь даже Иоганн Вольфганг Гете пятницу, 13-го, обычно проводил в постели. На всякий случай. И Наполеон никогда не проводил сражений в пятницу, 13-го. Больше того, 13-е число каждого месяца было для его врагов Днем Без Выстрела.

Бисмарк в пятницу, 13-го, не подписывал никаких договоров и вообще не ставил свою подпись [illegible] самым безобидным текстом. К [illegible] когорте опасающихся относятся и нефтяной магнат Поль Гетти, и президенты США Герберт Гувер и Франклин Делано Рузвельт. Последний, по воспоми-

ется в этот день выходить из гавани.

Страх перед роковой датой уходит корнями в древность. Согласно поверьям, в такие дни на шабаш слетались по 12 ведьм, а тринадцатым в самый разгар веселья появлялся сам Сатана. Некоторые толкователи библейских текстов уверены, что именно в такой день отведали запретный плод Ева и Адам. И в самую "черную" пятницу Каин убил брата своего, Авеля.

Боязнь роковой пятницы получила длинное труднопроизносимое название: "параскавидекатриафобия". Симптомы могут быть самыми разными: от легкой степени возбуждения до чувства безысходности и

тут не в магическом числе, а в самих людях, которые настраивают себя на беспокойство. Именно оно и создает критические ситуации и неприятности. По данным других специалистов, в любую пятницу происходит больше аварий, чем в другие дни недели. И объясняется это тем, что в конце недели на улицах и автострадах заметно возрастает число автомобилей, поэтому чаще случаются дорожно-транспортные происшествия.

Где этот номер, где этот рейс...

Страх перед числом 13 называется чуть попроще: "трискайдекафобия". И тянется он тоже из глубокой древности. В древневавилонской его жизни.

Суеверие насчет 13 широко популярно в Германии. Поэтому в самолетах немецких авиакомпаний 13-го ряда нет. Но не только немецких. Несуеверный "Аэрофлот", совершающий рейсы в 13 городов России, стран СНГ и Балтии и располагающий 113 самолетами, здесь явное исключение. Как и московские гостиницы. Во многих отелях многих городов мира вы не найдете 13-го номера. А в знаменитом чертовом колесе в венском парке "Пратер" нет 13-й кабины.

В Америке во всех небоскребах после 12-го этажа сразу следует 14-й. В госпиталях не найти 13-ю палату, и ни в одной авиакомпании нет рейса номер 13.

мокловым мечом висит над этим числом. И над теми, кто пренебрегает его тайной.

В скандинавской мифологии свои резоны не любить эту цифру. Согласно древней легенде, 12 богов мирно существовали во дворце бога Одина, но стоило появиться тринадцатому, как началась вражда и в результате всеобщей свары погиб всеми любимый бог Бальдр.

Однако не везде 13 имеет столь дурную славу. У евреев, например, это вполне уважаемое число. Когда-то Израиль был разделен на 13 частей. И 13-го числа пришел Мессия. Каббала, тайное еврейское учение, содержит 13 небесных источников, 13 врат милости, 13 потоков бальзама, которые ожидают набожных людей в раю. А в Древнем Египте и у индейцев майя число 13 вообще символизировало благосклонность богов.

Хоть сама не верю я в эти суеверия

Есть люди, которые считают, число 13 приносит удачу. Например, первый пилот, пересекший Ат-

Как пережить этот черный день в предстоящем декабре?

ском календаре символом 13-го месяца был ворон (птица несчастья), в Таро 13 - карта смерти.

Итальянский писатель Габриэль Д'Аннунцио был настолько "трискайдекафобным", что все свои письма 1913 года датировал 1912+1. Еще Д'Аннунцио испытывал страх

И даже ВМС США в этот день воздерживаются от спуска новых кораблей на воду. Опасения в отношении роковой даты еще более усилились в 1970 году после запуска американского космического корабля "Аполлон-13". 11 апреля он стартовал к спутнику Зем-

лантику, Чарльз Линдберг, на самом деле был не первым, а тринадцатым, кому это удалось. Двенадцать попыток до него кончились неудачей...

Среди самых страстных поклонниц чертовой дюжины была знаменитая итальянская актриса Элеонора Дузе. В зрелом возрасте, несколько располнев, Дузе предпочитала носить свободно ниспадающие платья с лентами. Ее портные знали, что лент должно быть 13, не больше и не меньше.

Чтобы показать свое неверие в глупые предрассудки, французский кинорежиссер Клод Лелуш назвал свою [illegible]

подписывал никаких договоров и вообще не ставил свою подпись даже под самым безобидным текстом. К славной когорте опасающихся относятся и нефтяной магнат Поль Гетти, и президенты США Герберт Гувер и Франклин Делано Рузвельт. Последний, по воспоминаниям современников, уклонялся от того, чтобы отправляться в поездки в 13-й день каждого месяца. Даже если это был безобидный вторник.

Исключительно отрицательно относится к "черной" пятнице, равно как и к числу 13, английская королева Елизавета. Когда в 1965 году она приезжала в Германию, буквально в последний момент организаторы поездки заметили, что поезд прибывает на 13-й путь ж/д вокзала в Дуйсбурге. Пришлось срочно менять нумерацию. И поезд королевы благополучно прибыл на путь номер 12а.

Придет беда - не спасут ворота

В пятницу, 13-го, многие из нас, далеко не магнаты или президенты, все равно на всякий случай воздержатся от посещения магазинов и заключения каких-либо договоров. И мало какой капитан судна соглашался отвести запретный плод Ева и Адам. И в самую "черную" пятницу Каин убил брата своего, Авеля.

Боязнь роковой пятницы получила длинное труднопроизносимое название: "параскавидекатриафобия". Симптомы могут быть самыми разными: от легкой степени возбуждения до чувства безысходности и полного отчаяния. Некоторые люди в эти дни не вылезают из своих постелей или остаются в течение всего дня дома. Другие прибегают ко всевозможным ритуалам, дабы отвести от себя беду. И знаете, иногда эта боязнь оправдывается.

Композитор Арнольд Шонберг, изобретатель 12-тоновой музыки, провел пятницу, 13 июля 1951 года, в постели, взаперти, дрожа от страха. За четверть часа до полуночи к нему заглянула его жена Гертруда: "Скоро все будет позади". Шонберг слегка приподнял голову, прошептал слово "гармония" и... скончался. Время смерти: 13 минут до полуночи. Ему было 76 лет, в сумме 13. И родился он 13 сентября 1874 года.

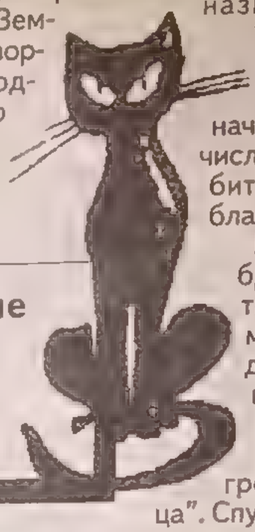
Как однажды сообщил Британский медицинский журнал, в пятницу, 13-го, в два раза увеличивается число несчастных случаев. Однако специалисты уверены: дело ском календаре символом 13-го месяца был ворон (птица несчастья), в Таро 13 - карта смерти.

Итальянский писатель Габриэль Д'Аннунцио был настолько "трискайдекафобным", что все свои письма 1913 года датировал 1912+1. Еще Д'Аннунцио испытывал страх перед числом 666, которое в "Откровении Иоанна" является математическим символом Антихриста. Обратите внимание, говорится об этом в 13-й главе "Откровения".

Среди знаменитых композиторов, которые испытывали панический страх перед числом 13, кроме модерниста Шонберга, были и классики — Россини, Вагнер, Шопен.

Но больше всего не повезло с чертовой дюжиной Рихарду Вагнеру - он умер 13 февраля. Хотя, вообще-то, с этим числом была прочно связана вся жизнь композитора. Начать с того, что в оригинальном немецком написании имени и фамилии композитора Рихарда Вагнера 13 букв. Родился он в 1813 году, написал 13 крупных произведений, премьера "Тангейзера" прошла 13 марта. "Парсифаль" Вагнер закончил 13 января. Так что дата смерти логически проистекает из истории

И даже ВМС США в этот день воздерживаются от спуска новых кораблей на воду. Опасения в отношении роковой даты еще более усилились в 1970 году после запуска американского космического корабля "Аполлон-13". 11 апреля он стартовал к спутнику Земли, а 13 апреля на борту взорвалась одна из кислородных цистерн. Но, конечно же, этой фобией страдают не только американские астронавты.



Божье наказание дамокловым мечом висит над числом 13.

В жизни нашей немало есть примеров того, что цифра эта ну очень несчастливая.

Во всем виноват 13-й

В 13 лет у нас наступает половая зрелость. Объяснять, что это ни к чему хорошему не ведет, надо ли? Бомба, сброшенная на Хиросиму, имела заряд, идентичный 13 тысячам тонн ТНТ. Тринадцатью тысячами галлонов химикалий американцы отравили вьетнамскую землю. И говорят, если 13 человек сидят за одним столом, можно ожидать, что один из них вскоре умрет. Как это случилось после последней трапезы Иисуса с 12 апостолами.

Число 13 означает несчастье, тайну, опасность. Еще Пифагор знал: "Это число содержит таинство вещей". Простое число 13 следует после 12, которое с античных времен считается совершенным: 12 знаков зодиака окружают Солнце, день и ночь содержат по 12 часов, а год - 12 месяцев. 13 - это число, которое ломает стройную систему, оно будто насмехается над святым числом 12, оно высокомерно и спесиво. Божье наказание дапочитала носить свободно ниспадающие платья с лентами. Ее портные знали, что лент должно быть 13, не больше и не меньше.

Чтобы показать свое неверие в глупые предрассудки, французский кинорежиссер Клод Лелюш назвал свою киностудию "Фильм 13", все свои фильмы (а он уже поставил более двух десятков) Лелюш начинает снимать только 13-го числа, а во время съемок он любит пофорсить в шляпе с 13 благородными камнями.

Не он первый. В 1791 году британские власти начали активную борьбу с суевериями среди моряков. В дважды проклятый день, пятницу, 13-го, на верфи было начато строительство крупного судна. Не боясь греха, его назвали "Пятница". Спустили корабль на воду, разумеется, тоже в пятницу, и он отплыл в туманную даль. С тех пор ни корабля, ни команды никто не видел...

В конце прошлого столетия лондонский "Клуб-13" решил побороть трискайдекафобию. 13 января 1984 года его члены собрались в зале номер 13 одного большого ресторана за 13 столами, за каждым из которых было по 13 мест. Не явился всего один член. "В последний момент меня покинуло мужество, - писал мистер Джордж Смит в своем оправдательном письме. - Если бы это касалось только меня, я бы охотно пришел и подставил судьбе свой лоб. Но я должен думать и о других: о моей собаке, кошке и лошади".

Вот так и все мы. Стараемся быть независимыми, прогрессивными и свободными от глупых древних суеверий. А как подумаем о тех, кого любим... О бедах, которые подстерегают нас в этой жизни... Обо всех мелких неприятностях, которые с нами случаются то и дело... И которых так хочется избежать...

Валентина БОГОМОЛОВА.
Komok.ru

ЗАГОВОР + КЛЮЧ

ОТ ЗЛОГО СЛОВА И ВЗГЛЯДА

◆ Большинство людей чувствуют, когда о них плохо говорят, обсуждают. В этом случае представьте у себя на лбу пентаграмму, "горящую" голубым цветом. Представьте, что она летит к человеку, обсуждающему вас, и при этом скажите: ***"Да защитит меня пентаграмма силой тетраграммы, силой Энсофа. Оум".*** Это заклинание усилит мощь защитной пентаграммы.

◆ Если вы с кем-то разговариваете и чувствуете, что этот человек желает вам зла, то посмотрите ему в глаза и скажите про себя: ***"Через кочку и сугроб, мимо глаза, прямо в лоб. Отведи мою беду, но не к другу, а к врагу".*** Если собеседник желал вам зла, то он уйдет через пару минут, если не уйдет, то вы ошиблись.

◆ Сглаз бывает "спереди" и "сзади". Защита от сглаза "спереди" - булавка, она прикалывается на нательной вещи в районе паховой впадины головкой вверх. Сглаз "сзади" - это посыл информации в затылок или спину от трех до пяти минут. Многие такой взгляд чувствуют. Лучший способ защиты от него - произносимая магическая формула: ***"Добрый дух на землю, злой - под землю"***, и знак - обе руки параллельно земле, согнуты в локтях, ладони вверх, большой палец закрывает ногти согнутых среднего и безымянного пальцев, образуя кольцо, указательный и мизинец вытянуты.

Делаете знак и произносите формулу, резко поворачиваясь в ту сторону, откуда почувствовали взгляд, опускаете руки и продолжаете путь. Тот, кто посылал зло - получил его назад (усиленное вдвое). Однако, если вы ошиблись, то - беда, потеряете свою энергию, которую можно восстановить лишь через полгода, шутить с такими делами неуместно!

ИМЕЙ В ВИДУ

ЧАРЫ НА СЛЕД И ОБУВЬ

Перед экзаменом, куплей-продажей дома или сватовством киньте через порог сапог...

Человеческому следу и обуви, которая этот след оставляет, придавалось огромное значение и в древности, и в современной магии.

Многие обряды ее связаны с чарами на обувь и на след. Человек всегда куда-то идет в прямом смысле, стремится к цели, осуществлению идеи. Чтобы достичь желаемого, он выбирает путь. Вот тут-то и вмешивается добрая и злая магия, которая может помочь человеку выбрать верную дорогу или, напротив, сбить с пути.

Того, кто сбился с пути, называли "бес-путный", то есть бес попутал. Поэтому перекрестье дорог издревле считалось местом обитания нечистой силы. А вот если бы на нем были старые башмаки, они бы его по натоптанной дорожке на верный путь вывели. Почему?

Большая группа обрядов с обувью связана с отправлением человека в путь. В начале века все эти обряды смело проводили со старой кожаной обувью (что можно делать и сегодня), но изначальный вариант предполагал использование не туфель, а лаптей. Обязательный ритуал их перехода от отца к старшему сыну, а от него к младшим символизировал процесс передачи отцом своим детям жизненной мудрости, буквально правильной поступи отца. Ведь это он "вел" за собой жену и детей и задавал им направление в жизни.

рангом пониже), передавал свою личную удачу и храбрость.

В путь-дорогу отправлялись обязательно в этих самых сапогах. И сегодня некоторые военнослужащие, чаще всего из семей потомственных офицеров, либо парни из глубинки, где еще живо знание "башмачной магии", верят в действенность этого обряда и совершают его. Конечно, в дело редко идут родительские сапоги, но сапоги и ботинки удачливых и смелых друзей - уж это точно.

Близкая дорога (в том числе в казенный дом)

Когда человек собирался недалеко, перед ним через порог кидался лапоть или позже сапог, но не первый попавшийся, а тот, который носил человек, удачливый во всех делах. Считалось, что так и собравшемуся в путь открывается дорога к удаче и успеху. Иногда удачливый человек дарил свои лапти путнику. Это была большая милость, царский подарок. Люди верили, что получивший счастливую обувь "войдет в его след" и двинется

лапти обязательно приносили удачу проезжающим мимо путникам, ну а если ехал грабитель, замышляя дурное дело, то предполагалось, что он, увидев такое количество лаптей, забудет о том, что хотел натворить. И сегодня это поверье не умерло.

Чары на покой

СПАСИ И СОХРАНИ

Рубрику ведет нижегородский народный целитель Орест Парпалак

ОБНОВЛЯЙСЯ ВМЕСТЕ С ПЛАНЕТОЙ

"В последние несколько лет чрезвычайно участились всевозможные авиакатастрофы, наводнения, технологические аварии и природные катаклизмы. Такое впечатление, что против человечества все и вся! И что самое печальное - эти страшные явления ведут к многочисленным человеческим жертвам. Последний пример: теракт в Москве на мюзикле "Норд-Ост", где погибли ни в чем не повинные люди. Что же такое происходит? Близится конец света?"

Николай Федорович ВЕРБИН, г. Чебоксары.

Уважаемый Николай Федорович!

Можно было бы предположить, что количество катастроф, преследующих человечество, вовсе не обнаруживает тенденцию к увеличению, а кажущийся рост кривой событий напрямую зависит от оперативности и осведомленности средств массовой информации. И отчасти это так и есть. Но только отчасти.

На самом деле человечество в своем развитии переживает некие волновые исторические периоды, которые оказываются более богаты на всякого рода испытания. Достаточно вспомнить Всемирный потоп, массовую миграцию населения во времена наступления ледников, сопровождавшуюся гибелью людей, или страшный средневековый мор, когда чума или холера выкашивали население целых городов. А многочисленные войны, которые никогда не прекращались на нашей планете? И все-таки наряду с этим во всемирной истории можно выделить так же и отрезки

листья и замирает в зимней спячке. Так вот, наша Земля в своем развитии уже продолжительное время находится в стадии угасания. А в последние годы тенденция стала устойчивой и необратимой. Ускоряются процессы кармического воздаяния, и если наши предки расплачивались за ошибки порой в течение всей жизни, а то и в следующих рождениях, то нам приходится за все платить сполна почти сразу. Естественно, что общая картина вырисовывается более выпукло и спрессованность событий во времени просто бросается в глаза даже неискушенному в мистике человеку.

Невольно возникает вопрос: так что же, выходит, наша планета медленно движется к саморазрушению и гибели? В какой-то степени процесс угасания находит свое выражение в прямо-таки роковой страсти человечества к накоплению оружия массового уничтожения: внутренние процессы, происходят ли они в душе человека или в

обряды смело проводили со старой кожаной обувью (что можно делать и сегодня), но изначальный вариант предполагал использование не туфель, а лаптей. Обязательный ритуал их перехода от отца к старшему сыну, а от него к младшим символизировал процесс передачи отцом своим детям жизненной мудрости, буквально правильной поступи отца. Ведь это он "вел" за собой жену и детей и задавал им направление в жизни.

В деревенской магии обувь использовалась широко, и до нашего времени значение ритуалов не изменилось. Лапоть и любая старая обувка в доме всегда приносит счастье! А почему? Потому что на ладонях и подошвах ног всегда собирается сильный энергоинформационный потенциал, очень много говорящий о сути владельца обуви. Смысл ритуала передачи старой обуви очень прост для человека, посвященного в тайны энергоинформационного обмена и магии, и совершенно непонятен взращенному на материализме обывателю.

Лапоть и любая старая обувка в доме всегда приносит счастье!

Ноги потеют, пот пропитывает обувку. Так в лаптях либо старых башмаках "впечатывается" энергоинформационный код вашего родителя. Именно его и наследуют дети. Конечно, если судьба отца семейства складывалась неудачно, то наши мудрые предки не передавали его обувь отпрыскам, а сжигали (именно сжигали, а не выбрасывали, чтобы, не дай Бог, кто-нибудь чужое несчастье не подобрал).

Дальняя дорога (в том числе на войну)

Собираясь в очень дальнюю и опасную дорогу, призывали для защиты умершего родственника. Да не первого попавшегося, а считавшегося праведным, смелым, удачливым. Для этого ставили перед порогом сапоги умершего, звали его по имени и просили "в дороженьке помочь". Праведный становился ангелом-хранителем, обеспечивал защиту высших сил, удачливый или смелый - духом-хранителем (то есть носил человек, удачливый во всех делах. Считалось, что так и собравшемуся в путь открывается дорога к удаче и успеху. Иногда удачливый человек дарил свои лапти путнику. Это была большая милость, царский подарок. Люди верили, что получивший счастливую обувку "войдет в его след" и двинется по правильному пути.

Собираясь на любое дело - экзамен, сватовство, продажу или куплю дома, этот обряд проделывали обязательно. Попробуйте и вы - убедитесь, хуже не станет, а возможно, что и повезет.

Чары на проезжающих мимо

Лапти кидали вслед уезжающему начальству - волостному писарю, становому приставу и судебному следователю. Этим выражалось пожелание: "Скатертью дорога!" Развешанные вдоль дороги на заборах лапти обязательно приносили удачу проезжающим мимо путникам, ну а если ехал грабитель, замышляя дурное дело, то предполагалось, что он, увидев такое количество лаптей, забудет о том, что хотел натворить. И сегодня это поверье не умерло.

Чары на покой

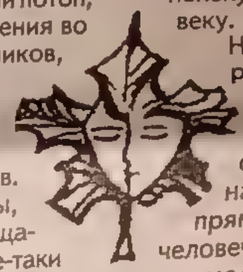
Если человеку все время являются образы умерших предков и он никак не может отвязаться от них, то нужно положить в старую обувь (ботинок, туфлю, тапку и т.п.) птичьи перья, пух и уголь, а сверху поставить стакан с водкой. Затем эту обувку следует вынести из квартиры и спрятать где-нибудь со словами: "(Имя), пейте да уходите отсюда".

В деревне стакан с водкой уносят за околицу. Ну и, конечно, необходимо добавить, что в прежние времена этот обряд проводили со старым лаптем. Важно то, что он действен и поныне - избавляет людей от тяжелых, порой кошмарных видений и ощущений.

Ирина АНОХОВА.
© "Тайная власть".

на всякого рода испытания. Достаточно вспомнить Всемирный потоп, массовую миграцию населения во времена наступления ледников, сопровождавшуюся гибелью людей, или страшный средневековый мор, когда чума или холера выкашивали население целых городов. А многочисленные войны, которые никогда не прекращались на нашей планете? И все-таки наряду с этим во всемирной истории можно выделить так же и отрезки времени, более или менее спокойные и относительно безопасные. Создается впечатление, что Земля время от времени проводит генеральную чистку всех своих кармических структур, гармонизируя все сущее на ней в соответствии с высшими законами. На самом деле наша планета как любой объект во Вселенной существует в ритме последовательной смены фаз эволюционного развития: рождение-оформление-угасание.

Это естественный процесс, который легко проследить на примере растения. Фаза рождения - зерно падает в почву и принимается; фаза оформления - появляется росток и набирает силу; фаза угасания - взрослое дерево сбрасывает

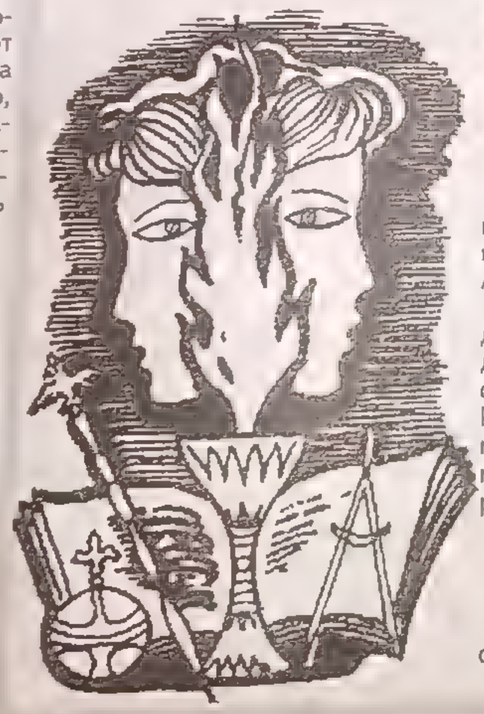


мени просто бросается в глаза даже неискушенному в мистике человеку.

Невольно возникает вопрос: так что же, выходит, наша планета медленно движется к саморазрушению и гибели? В какой-то степени процесс угасания находит свое выражение в прямо-таки роковой страсти человечества к накоплению оружия массового уничтожения: внутренние процессы, происходят ли они в душе человека или в кармической структуре целой планеты, всегда находят некое внешнее выражение.

Но не стоит драматизировать ситуацию и готовиться к скорому концу света. Если вернуться к примеру с растением, то мы вспомним, что после зимы наступает весна, и дерево вновь начинает цвести, обрастать новыми листьями, снова проходя установленную природой очередность явлений. Так и наша планета, и каждый человек, сбрасывая груз предрассудков, бездуховности, избавляясь от пороков, мешающих совершенству духа, идут навстречу обновлению, вступая в новую фазу своего развития.

Подготовила Э.Гарипова.



ПОПРОБУЙ САМ

ФОТОГРАФИЯ ВЕРНЕТ МОЛОДОСТЬ

Можно ли приостановить старение организма?..

А повернуть этот процесс вспять?.. Да, - отвечает известный целитель, экстрасенс, гипнолог Андрей Скаржинский.

- На практике мне не раз приходилось убеждаться в целебном воздействии на человека его фотографии, где он изображен молодым. При этом улучшается не только самочувствие, но "омолаживаются" мысли и даже внешний облик, - рассказывает экстрасенс.

Как же работать с фотографией?

Если вам 30-40 лет, надо взять свою фотографию 10-15-летней давности, если 50-70 лет - 20-25-летней давности (можно, кстати, и детскую) и расположить ее перед собой (желательно, чтобы на ней вы были изображены один и не в полный рост, а по грудь). С правой от фотографии стороны в 15-20 сантиметрах следует поставить зажженную свечу. В течение 5-7 минут смотреть на свою фотографию, не разглядывая какие-либо отдельные детали, а воспринимая свое изображение в целом.

При этом необходимо вспомнить свою жизнь, прошедшие годы, отбрасывая все негативные воспоминания и думая только о положительном и хорошем. Надо также постараться, чтобы воспоминания эти касались периода духовного и физического подъема.

Работу с фотографией стоит проводить в светлое время суток и не на сытый желудок. Очень хорошо, если данная оздоровительная процедура будет сопровождаться тихой мелодичной музыкой без какой-либо смысловой нагрузки (без слов). Эффект будет наиболее полным, если в это время представлять себе и ощущать присутствие в себе фиолетового цвета.

Проводить работу со своей фотографией следует не чаще одного раза в два дня.

Невыдуманные истории

ПЕРЕПЛЁТ

«Я ВАМ ПИШУ...»

ВАМПИРОВ НЕТ, ДОРОГАЯ?!

Уважаемая редакция! Когда вы начнете читать это письмо, я уже буду далеко, когда закончите - еще дальше. Когда же это письмо опубликуют, и мои родные начнут меня искать, я уже буду так далеко, что меня не найдут никогда.

...Когда ко мне подошла моя школьница-сестренка, я сидела и читала. Сестренка подергала меня за край халатика и, убедившись, что я обратила на нее внимание, тихо прошептала:

- А правда, что вампиры существуют?

В другое время я бы рассмеялась над ее вопросом, но что-то было у нее в глазах - жалобное, молящее, испуганное. Я отложила газету и опустилась на пол:

- Нет, их не существует. А почему ты спрашиваешь?

Она крепко прижалась к моему плечу и прошептала мне в самое ухо:

- Ты ведь помнишь моего учителя истории? Он вампир.

Да, ее учителя истории я помнила. Высокий, молодой, симпатичный. Мужественный тип. Мне такие всегда нравились. Потому сестренка и уверена, что я его помню. Я частенько о нем вспоминала. Может быть, даже слишком часто.

От глупых сестренкиных слов мне захотелось рассмеяться.

- Это сказки! С чего ты взяла, что он вампир?

Сестренка удобно свернулась калачиком у меня под мышкой.

- Я ни разу не видела его при свете дня. Его уроки всегда стоят самыми последними в расписании. Он появляется лишь вечером или в сумерки. На улице он всегда носит затемненные очки - говорит, ему больно смотреть на свет.

- Многие мои знакомые носят затемненные очки, но это не делает их вампирами...

- Он всегда бледный и постоянно при виде нас облизывается. Видела бы ты, какие у него острые неровные зубы. Он никогда не ужинает в столовой вместе с другими учителями...

- Я его понимаю: я бы тоже не отважилась ужинать в вашей столовой.

- Он боится чеснока. Один мальчик из моего класса ел на его уроках чеснок, и учитель тут же вылетел вон из класса. Сказал потом, что на чеснок у него аллергия...

- Дорогая, у меня много дел...

- ...А еще он не ходит в церковь. Мы специально спрашивали. Он сказал, что не верит в Бога. Он не носит крестик. Он вампир. Мы все боимся его...

Я встала, решительно подняла сестренку с пола и тряхнула за плечи.

- Это все ваши фантазии! Вампиров не бывает! Поняла? Иди лучше учи уроки, а то учитель истории поставит двойку! И хватит выдумывать всякую чушь!

Сестренка, надувшись, ушла. Обиделась. Теперь до завтра не будет со мной разговаривать. Тем лучше! Что придумала: "А правда, что вампиры существуют?". Конечно, существуют, сладенькая! Только они не боятся ни чеснока, ни света, ни Бога. Они точно такие же, как и ты. Никогда их не узнаешь среди других людей, как никогда не знала, что твоя родная сестра всегда была одной из них. Да, мы не боимся ничего, в том числе и времени. Мне пора уходить, а то вскоре неизбежно начнутся подозрительные вопросы: "Ты, кажется, совсем не изменилась? Ты не растешь?". Что ж, все уходят, не я первая, не я последняя.

Да, кстати. Возьму-ка я с собой этого симпатичного учителя истории.. Мне все равно понадобится спутник, а он вполне подойдет. Мне он всегда нравился. Что ж, пора пойти и сделать его тем, кем его так давно считали эти глупые любопытные дети!

Без подписи.

ЗАКЛЮЧЕННЫЙ С ПЛАНЕТЫ X

Здравствуйте, уважаемая редакция. Однажды вечером я возвращалась с работы домой. Путь мой пролегал через темный парк, я торопилась - время было позднее, на улице - зима, но вдруг увидела нечто, заставившее меня замедлить шаг. Пятеро подростков избивали лежащего на снегу молодого человека. Он заслонял лицо руками и, что меня удивило, даже не пытался защититься или позвать на помощь. Я испугалась и закричала. Если бы на улице было светлее, подростки бы разглядели, что помешать им хочет всего лишь молодая женщина, и мне бы наверняка досталось за компанию. Но мне повезло: услышав мой крик, подростки кинулись наутек.

Я подошла к молодому человеку и помогла ему подняться. Как ни странно, на губах его играла легкая улыбка, странно смотрящаяся на разбитом лице. Он поблагодарил меня, отряхнулся и похромал в сторону остановки. Не знаю, что на меня тогда нашло, но я догнала его и предложила подняться ко мне в квартиру и обработать его царапины.

При свете я разглядела его получше. На вид ему было лет двадцать пять, он походил на примерного студента-отличника: очки в тяжелой оправе, под ними - серьезные глаза. Меня тогда поразила какая-то детская стеснительность и скромность уже вполне взрослого человека. На мой вопрос о его имени он назвался Димой, и ко мне тогда почему-то пришла странная мысль, что он говорит неправду, намеренно избирая себе одно из самых распро-

лым и только теперь поняла, почему он никогда не хотел быть со мной. У Димы отсутствовали половые признаки, строение его тела было, как у резинового пупса, которым я играла в детстве.

Я не испугалась и не испытала отвращения. Я просто села рядом и тихо спросила: "Кто же ты?". И он начал рассказывать. Сначала я не верила своим ушам, но потом, складывая постепенно кусочки мозаики в одно целое, поняла: да, так оно и есть.

Дима не был ни человеком, ни вообще какой-либо земной формой жизни. Он сказал, что не может произнести ни свое настоящее имя, ни название своей родной планеты - человеческие органы речи просто не в состоянии воспроизвести такие звуки. Очки он носил потому, что его глаза привыкли видеть другой спектр цветов, а линзы помогали адаптироваться. Жители его планеты похожи на сложные механизмы, что-то вроде наших компьютеров - потому-то он так хорошо и понимал их.

На Землю же он попал не по своей воле - его сюда сослали. Он очень уклончиво сказал, что на своей планете сделал нечто ужасное, какое-то страшное преступление, и его отправили на перевоспитание туда, куда отправляют всех преступников, - на нашу Землю. "У нас нет тюрем, как у вас, - сказал он мне. - Нам это не нужно, такие, как я, встречаются редко. Мы никого не убиваем и не судим - мы

слишком часто.

От глупых сестренкиных слов мне захотелось рассмеяться.

- Это сказки! С чего ты взяла, что он вампир?

Сестренка удобно свернулась калачиком у меня под мышкой.

- Я ни разу не видела его при свете дня. Его уроки всегда стоят самыми последними в расписании. Он появляется лишь вече-

ше учи уроки, а то учитель истории поставит двойку! И хватит выдумывать всякую чушь!

Сестренка, надувшись, ушла. Обиделась. Теперь до завтра не будет со мной разговаривать. Тем лучше! Что придумала: "А правда, что вампиры существуют?". Конечно, существуют, сладенькая! Только они не боятся ни чеснока, ни

бой этого симпатичного учителя истории.. Мне все равно понадобится спутник, а он вполне подойдет. Мне он всегда нравился. Что ж, пора пойти и сделать его тем, кем его так давно считали эти глупые любопытные дети!

Без подписи.

ПРОИСКИ НЕЧИСТОЙ СИЛЫ

Здравствуйте, "Приключения. Тайны. Чудеса"! Со мной и моими друзьями приключилась вот такая невероятная история. Мы тогда были молодыми парнями, каждому лет по двадцать с хвостиком. И однажды, летом 1979 года, решили мы съездить в соседнюю деревню на танцы - у одного из моих друзей, Сереги, жила там зазноба. Деревня была километрах в десяти от нашего городишка, можно и пешком дойти, но нет - очень уж нам хотелось заявиться туда с шиком! Сели мы на ЗИЛ Серегиного отца и помчались в деревню с ветерком.

Только мы приехали к клубу, не успели еще из кабины выйти, подходит к нам старичок в валенках и телогрейке, борода лопатой, и говорит: "Ребятки, не хотите денег подзаработать? Машина у вас большая, привезите мне из лесу бревен, а то сам я стар стал, сил нет. Я вам за это щедро заплачу".

И протягивает нам двадцать пять рублей, а по тем временам это были деньги приличные. У нас от счастья аж дыхание свело, Серега разу про свою девушку забыл. Взяли мы деньги, старичок пока-

бревна привезти, - третий с краю, и мы поехали по просеке в лес.

Нагрузили деду бревен целый кузов. Помню до сих пор, как одно здоровенное попалось - мы его еле-еле втроем в машину впихнули, едва осилили. Грузим мы бревна, уже стемнело, луна над лесом поднялась. И неожиданно, как в сказке говорится, вдруг откуда ни возьмись на крышу кабины запрыгивает маленькая старушонка.

Откуда она взялась посреди ночи в лесу - Бог ее знает. Мы застыли, смотрим на нее во все глаза, а она как топнет ногой по крыше и гаркнет: "Вам кто разрешил в моем лесу хозяйничать? Вон отсюда!". Мы притихли, струхнули порядком, хотя сами - здоровенные парни, давно уже в сказки не верим. Попрятались за деревьями и стоим, смотрим - что дальше будет.

А эта старая карга все бревна из кузова на землю сбросила, а то, огромное, что мы едва подняли, швырнула словно спичку. А затем исчезла, словно испарилась. Мы подождали немного, вышли из-за деревьев, думаем: может, привиделось? Нет, стоит наш ЗИЛ с помятой крышей, а вокруг него

бревна валяются. Кинулись мы к машине, вскочили в кабину, дали по газам - и обратно в деревню.

Едем и думаем: надо деду деньги вернуть, а то нехорошо получается: двадцатипятирублевку взяли, а дров не привезли. Подъезжаем к дедову дому, сигналим, а из избы выходит молодуха. "Кто, - спрашивает, - в такую темень шастает? Чего надо?". Мы ей - так и так, приехали деду деньги вернуть. У молодухи брови выше волос подлетели: "Нет тут никакого деда, - говорит. - А тот, что был, уж три года назад как умер. Поезжайте-ка вы, шутники, своей дорогой!". И захлопнула у нас двери перед носом.

Мы несколько минут смотрели друг на друга с разинутыми ртами. Потом Серега развернул ЗИЛ и, не заехав на танцы, вернулись мы домой. И, самое странное, деньги, которые дал нам дед, не исчезли. По всем сказкам бесовские деньги исчезают на следующий же день, а эти остались. Мы на них любоваться не стали, хорошо покутили, и - никаких последствий, до сих пор все живы-здоровы.

В. Н.
Волгоградская область.

зила какая-то детская стеснительность и скромность уже вполне взрослого человека. На мой вопрос о его имени он назвался Димой, и ко мне тогда почему-то пришла странная мысль, что он говорит неправду, намеренно избирая себе одно из самых распространенных имен.

Я заклеила его царапины пластырем и почему-то - опять не знаю почему - предложила остаться у меня переночевать. Со стороны это могло показаться странно: женщина оставляет у себя на ночь в квартире совершенно незнакомого мужчину. Но, повторяю, было в этом молодом человеке что-то настолько безобидное и детское, что в тот вечер мои действия казались мне совершенно нормальными. Это было то же самое, если бы я принесла в дом с улицы бездомного котенка или щенка.

С того самого вечера мы с Димой стали самыми близкими людьми. Точнее сказать, у него и не было никого, кроме меня. Работал он компьютерщиком в какой-то фирме и, по отзывам его коллег, творил на компьютере просто чудеса. Как мне казалось, он ладил с этими машинами гораздо лучше, чем с людьми.

Мы встречались с Димой почти полгода и за это время ни разу не были близки. До встречи с ним я уже была замужем и не строила из себя невинную девочку. Но Дима словно не понимал моих намеков. Однажды у меня дома я прямо предложила заняться любовью. Дима долго молчал и, наконец, сказал: "Я знаю, что ты давно от меня хочешь, но я вряд ли смогу быть тебе полезным. Прости, но все это время я слишком многое от тебя скрывал...".

Он поднялся с дивана и начал торопливо раздеваться. Я впервые увидела его го-

ляют всех преступников, - на нашу Землю. "У нас нет тюрем, как у вас, - сказал он мне. - Нам это не нужно, такие, как я, встречаются редко. Мы никого не убиваем и не судим - мы просто отправляем их к вам, в ваши ужасные условия жизни, в атмосферу всеобщей ненависти. Я должен находиться здесь, пока на моей планете не сочтут, что я исправился. Если я совершу хоть один плохой поступок, меня оставят здесь навсегда".

Потом он встал, оделся и ушел. Я долго сидела на кровати и думала над его словами. Мне даже мысли в голову не пришло, что он может быть сумасшедшим. Нет, я поверила всем его словам, всем до единого.. Мне было так жаль его, что я подняла трубку телефона и набрала его номер, чтобы сказать: не знаю, как там у тебя на родине, но здесь ты самый лучший и чудесный, и мне никого не надо, кроме тебя.

Металлический голос в трубке сказал: "Набранного вами номера не существует". Я несколько десятков раз набирала и набирала его номер - мне отвечали то же самое. В отчаянье я позвонила ему на работу - там подняли трубку и сказали, что я, видимо, ошиблась: сотрудник с таким именем никогда у них не работал.

Я очень скучаю по Диме, но меня греет мысль: может быть, там, на его родной планете, посчитали, что срок его заключения истек, потому что он сумел полюбить меня.

Татьяна,
Н.Новгород.

ЯБЛОКО ПРЕДНАЧЕРТАНИЙ

ЧТО ДЕНЬ ГРЯДУЩИЙ?

Поторопитесь воспользоваться случаем, пока не сошли яблоки, так как это - яблочное гадание.

Для него возьмите красное, зеленое, желтое и рябое яблоки, одинаковые по размеру и примерно одинаковые по форме. Сложите их в непрозрачный мешочек и перемешайте. Затем, не глядя, наугад достаньте одно яблоко и по его внешнему виду и вкусу определите, что же вас ожидает в будущем. Здесь все имеет свое важное значение - цвет, сочность, вкус, твердость мякоти, количество косточек. За один раз из мешочка можно доставать не более одного яблока.

КРАСНОЕ ЯБЛОКО - неожиданно придет известие о том, что вам досталась крупная сумма денег. Но получить быстро вы их не сможете, так как появится другой претендент на кругленькую сумму. Вам потребуется немало сил и ума, чтобы доказать: эти деньги по праву ваши. Возможно, вам не избежать судебного процесса. Чтобы не усугублять неприятности, прислушайтесь к внутреннему голосу: он подскажет, как разоблачить затеянную против вас аферу.

КИСЛОЕ ЯБЛОКО - самое неприятное предзнаменование. Вас ожидает потеря друга и покровителя, что отрицательно скажется на бизнесе, который был основой вашего благополучия. Почувствовав вашу слабость, недоброжелатели обрушатся на вас со всех сторон. Напор будет столь силен, что даже возникнет опасность для вашей жизни. Будьте предусмотрительны и не пренебрегайте предчувствием, так как лишь в этом случае сможете достойно пережить все злые сюрпризы фортуны.

РЫХЛАЯ МЯКОТЬ ЯБЛОКА - *вам преподнесут подарок в виде любезности, но потребуют за него немалую плату. Вы вынуждены будете согласиться на поставленные условия и в результате переживете [illegible] обид и унижений. Оказавшись в зависимости от "доброже-*

красе, но не переусердствуйте, ибо переизбыток чувств может неожиданно свести все ваши усилия к нулю. Вскоре вы расстанетесь и через некоторое время встретитесь снова, но прежних чувств уже не испытаете.

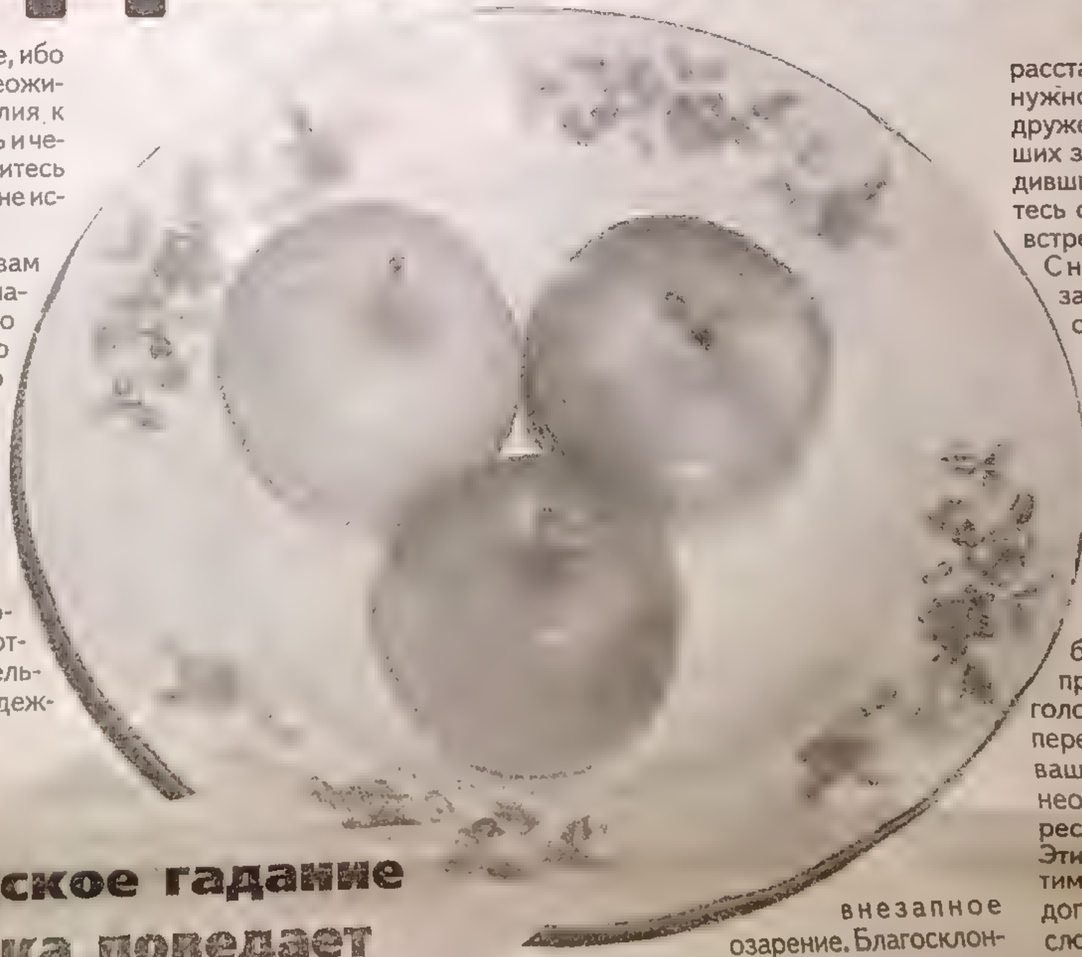
СОЧНОЕ ЯБЛОКО - вам представится возможность начать сложное, но чрезвычайно перспективное дело. Однако не спешите вкладывать в него все до последней копейки. Вам предстоит заинтересовать этим бизнесом близких друзей, чтобы они материально поддержали ваше начинание. Их участие в деле поможет вам сохранить деньги на черный день. Занимаясь новым для вас предприятием, откажитесь от прежних сомнительных дел, продолжив лишь надежные и проверенные. Избавляясь от ненужно-

конец-то, сможете достичь желаемого и получить то, к чему давно стремились, а также восстановить утраченное взаимопонимание, вернуть деньги, что были потеряны. Предстоящий период будет полон

то момент вам покажется, что вашим давним надеждам не суждено сбыться. Не отчаивайтесь и подумайте, что может изменить ваши обстоятельства к лучшему. Успокоившись, получите подсказку через

только так вы сможете еще более упрочить ваши отношения. По стечению обстоятельств один ваш друг исчезнет из вашей жизни. Не вините ни себя, ни его за случившееся, а поторопитесь первым протянуть ему руку дружбы. Он поймет вас и не будет держать "зла за пазухой". Поняв друг друга и восстановив прежние отношения, вы вдруг поймете, что они могут быть еще и взаимовыгодными.

СЛАДКОЕ ЯБЛОКО - скоро вы убедитесь, что вам пора менять свое окружение. Наступит время, когда вы безболезненно сможете



Ирландское гадание XIX века поведает

расстаться со всем тем, что вам не нужно. Но при этом сохраняйте дружелюбие, не превратите бывших знакомых во врагов. Освободившись от ненужного, отправляйтесь спокойно в путешествие, где встретитесь с множеством людей. С некоторыми из них вы сможете завязать приятельские взаимоотношения. Вам предстоит прибегнуть к помощи интуиции, чтобы отличить, кто может стать другом, а кто не подходит на эту роль.

НЕЧЕТНОЕ КОЛИЧЕСТВО КОСТОЧЕК - у вас появится редкая возможность распознать, кто среди вашего окружения истинные и кто мнимые друзья. Вы сможете избежать многих неприятностей, прислушавшись к внутреннему голосу. Вместе с тем вам предстоит пережита перемену в отношениях с вашими компаньонами, которые, неожиданно станут злобными и агрессивными по отношению к вам. Эти обстоятельства приведут к ощутимому ухудшению ваших прежних договоренностей. Будьте мудры в сложившейся ситуации, и вы избегнете крупных неприятностей. Не

внезапное озарение. Благосклонная судьба укажет вам правиль-

достойно пережить все злые сюрпризы фортуны.

РЫХЛАЯ МЯКОТЬ ЯБЛОКА - вам преподнесут подарок в виде любезности, но потребуют за него немалую плату. Вы вынуждены будете согласиться на поставленные условия и в результате переживете немало обид и унижений. Оказавшись в зависимости от "доброжелателей", вы очень скоро начнете расплачиваться за любезность своим состоянием. Вас спасет одна поездка, в которую вы отправитесь вместе с теми, кто вам оказал "любезность". Эти лица неожиданно для всех и себя самих будут вынуждены расплачиваться за "оказанные вам услуги".

ЧЕТНОЕ КОЛИЧЕСТВО КОСТОЧЕК - вы окажетесь в ситуации, когда у вас не будет возможности положиться на собственные силы, поэтому прибегните к помощи надежных людей из вашего окружения. Свои хлопоты, которых у вас будет в избытке, разделите поровну между друзьями: в этом случае их поддержка окажется эффективной. Значительного успеха сможете достичь, если не будете пытаться нахрапом добиться благополучия и выгоды. Завершив начатое дело, оставьте в прошлом и прошлые долги. Помните, чем быстрее вы расплатитесь с друзьями, тем сильнее будет их уважение и благорасположение по отношению к вам.

СПЕЛОЕ ЯБЛОКО - вами овладеет не любовь, а романтическая страсть. Вы переживете кратковременное знакомство с человеком вашей мечты. Не форсируйте событии, иначе будете неправильно поняты и, возможно, отвергнуты. Не считаясь с расходами, постарайтесь увлечь предмет вашего обожания самым экзотическим способом. Тогда вы сможете пережить такую бешеную страсть, которую не переживали никогда. Продемонстрируйте свои способности во всей их

ных дел, продолжив лишь надежные и проверенные. Избавляясь от ненужного, постарайтесь никого не обидеть -лучше согласитесь на уступку. Помните также о том, что на каждом шагу вас могут поджидать непредвиденные трудности.

Ирландское гадание XIX века поведает о том, чего вам не избежать в будущем.

ЗЕЛЕНОЕ ЯБЛОКО - вам предстоит сделать прекрасную карьеру, и чем выше будет ваше положение, тем сильнее нужно опасаться завистников.

ЗЕЛЕНОЕ ЯБЛОКО - вам предстоит сделать прекрасную карьеру, и чем выше будет ваше положение, тем сильнее нужно опасаться завистников. Не доверяйте никому своих секретов и истинных намерений, осуществляйте свои планы быстро, чтобы застать ваших недоброжелателей врасплох и не дать им возможности нанести вам удар. В итоге вы сможете добиться непререкаемого авторитета, признания ваших заслуг и уважения.

ЖЕЛТОЕ ЯБЛОКО - не без помощи известных вам лиц вы, на-

успехов и удовольствий. Не возгордитесь достигнутым и не забывайте о тех, кто помогал вам в ваших начинаниях, был надежной опорой в трудную минуту. Настанет ваш черед оказать им поддержку и помощь. Помните, что долг всегда платежом красен.

КИСЛО-СЛАДКОЕ ЯБЛОКО - вы достигнете взаимопонимания с особой, которую любите. Не нарушайте сложившейся гармонии и избегайте измены, так как эти ваши действия дадут о себе знать, принеся вам неприятности, причем очень скоро и неожиданно. Внезапно появится человек, который попытается обернуть ваши неудачи себе на пользу, украв вашу любовь. Не пускайте в свою жизнь случайных людей, так как вам не избежать в этом случае порчи и разлуки.

ТВЕРДОЕ ЯБЛОКО - вы достигните благополучия и богатства в результате упорных трудов. То состояние, которым вы будете обладать, обеспечат вам безбедное будущее. Избегайте необдуманных действий и участия в сомнительных финансовых предприятиях, так как они могут быстро превратить вас из богача в бедняка. Чтобы не обанкротиться, храните тайну вашего благополучия.

РЯБОЕ ЯБЛОКО - в какой-

внезапное озарение. Благосклонная судьба укажет вам правильный путь к достижению желаемого, а вы, воспользовавшись сложившимися обстоятельствами, сможете достичь того, о чем и не мечтали.

МЯГКОЕ ЯБЛОКО - благодаря своей аккуратности и трудолюбию, а также при участии одного официального лица вы получите возможность подняться вверх по служебной лестнице. Заняв солидное положение, не бросайте старых друзей. Они помогали и неоднократно еще помогут вам в самых непредсказуемых ситуациях и предупредят о соперниках и их авантюрных планах.

ПОРЧЕНОЕ ЯБЛОКО - вам предстоит пережить много неприятностей, разочарований, конфликтов с окружающими, из-за которых вы будете чувствовать себя не лучшим образом -физически и морально. Несмотря ни на что, будьте собранны и внимательны, так как, воспользовавшись вашей беззащитностью, некое лицо из вашего окружения постарается добить вас с помощью злых чар. Прибегните к любой помощи, которая будет доступна, и некоторое время ведите уединенный образ жизни, избегая бурных контактов, нежелательных поездок и общения с малознакомыми людьми. Ситуация сложится крайне неблагоприятная, но по прошествии некоторого времени сгустившиеся тучи развеются, не оставив о себе и следа.

ТВЕРДАЯ КОЖУРА ЯБЛОКА - не отказывайтесь от старых друзей; самый незначительный знак внимания позволит вам сохранить их на долгие годы. В то же время не взваливайте на их плечи чрезмерное количество своих забот -

избежать многих неприятностей, прислушавшись к внутреннему голосу. Вместе с тем вам предстоит пережита перемену в отношениях с вашими компаньонами, которые, неожиданно станут злобными и агрессивными по отношению к вам. Эти обстоятельства приведут к ощутимому ухудшению ваших прежних договоренностей. Будьте мудры в сложившейся ситуации, и вы избегнете крупных неприятностей. Не будьте болтливы и не доверяйте никому своих секретов, а также не делитесь ни с кем своими планами.

ЧЕРВИВОЕ ЯБЛОКО - вам предстоит знакомство с привлекательной особой приятной наружности, которое вскоре превратится в постоянную связь. Ваши отношения будут упоительными, страстными и нежными, но вскоре вы начнете замечать навязчивую и необъяснимую усталость. Вам предстоит все с большим трудом добывать деньги, которые будут исчезать быстрее, чем появляться. За бесконечными трудами и хлопотами вы не увидите, что ваша спутница вам неверна и ловко скрывает свои романы. Изрядно помучившись, вы вынуждены будете прибегнуть к помощи ведуньи и в результате узнаете, что ваши отношения состоялись при помощи злых чар. Вы расстанетесь и вскоре узнаете, что ваша подруга оказалась в любовном рабстве у человека, быстро овладевшего ею при помощи тех же чар, которыми она когда-то опутала вас.

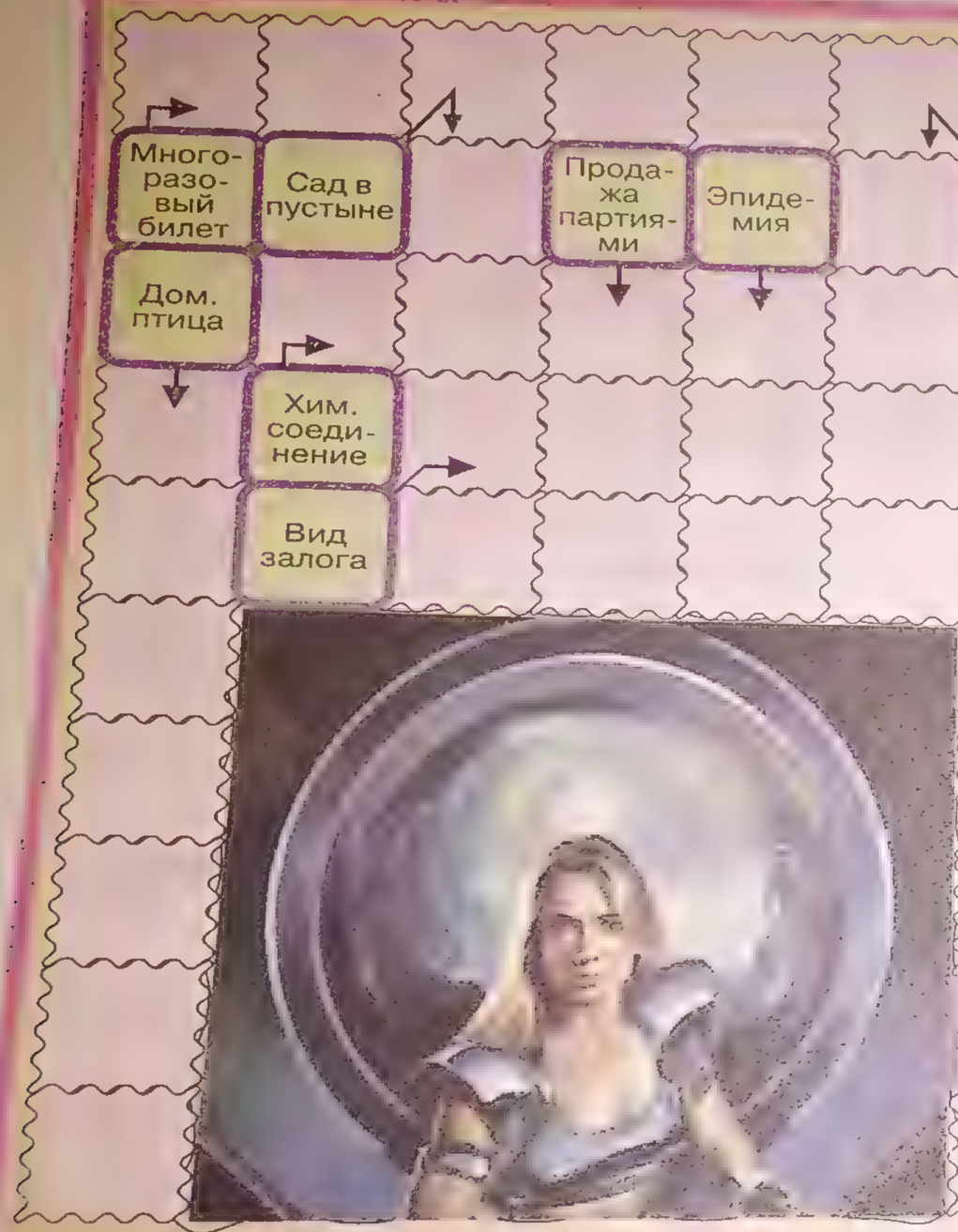
МЯГКАЯ КОЖУРА ЯБЛОКА - вы попадете в изысканное общество, где вам предстоит общение с многими привлекательными особами противоположного пола, который попытаются соблазнить вас своей внешностью. Если расслабитесь, то попадете в умело расставленные сети. Не будьте опрометчивы, так как дома вас ожидает нежный, любящий партнер. Задумывайтесь, стоит ли рисковать всем, что вы имеете, ради сиюминутного увлечения.

Илона КОВАЛЬСКАЯ.

© "Тайная власть".

Фото Д.МАРКОВА.

Играй!



Многоразовый билет
Сад в пустыне
Дом. птица
Хим. соединение
Вид залога
Продажа партиями
Эпидемия
Будничные хлопоты
Упаковка для товара
Отсутствие масти
Овощ
Государство
Автор сказки "Три толстяка"
Курорт в Сочи
Боевое действие
Деньги в сейфе
Жена Ельцина
Повторить номер
Отеч. кинопремия
Птица
Тонкие доски
Результат игры
Эст художник
Собачье колье
Город в Ростовской области

Составила О. ШИГАНОВА.

ВЫХОД В СВЕТ

"МОРФЕЙ" - НОЯБРЬ

(сны, гадания, приметы)

12 ноября вышел в свет очередной выпуск газеты "Морфей".

"ЗАСЫПАЙТЕ ДО ПОЛУНОЧИ" - еще Пифагор

МАГИЯ СВАДЬБЫ...

В мае, как известно, не женятся, потому что придется всю жизнь маяться. А женятся в августе-сентябре-ноябре (чтоб жизнь была богатой).

Чего нужно опасаться молодым?

Тот хлеб и соль, которыми встречали молодых из церкви или загса, следует убрать, чтобы, кроме молодых и ближайших по крови (мать, отец!), никто не ел. Тогда молодожены будут жить мирно.

Невеста не должна никому давать мерить свой наряд, а также кольцо (даже кровным

полотенце, на котором они венчались, и венчальные свечи, так как они имеют большую силу в лечении и поправке всякой беды. Следует все убрать и хранить дома. Когда у молодых будут дети, в случае их болезни, венчальными свечами и полотенцем можно вылечить даже тяжелые случаи.

Невеста должна уговорить жениха, чтобы в первый день, кроме одного глотка шампанского, он совсем ничего не пил. Испиток, т.е. шампанское, отпитое одним глотком, невеста прячет и

12 ноября вышел в свет очередной выпуск газеты "Морфей".

"ЗАСЫПАЙТЕ ДО ПОЛУНОЧИ" - еще Пифагор знал, что это лучшее лекарство для "успокоения головы". А что же мы?

"ВЕЩИ "ЗЛЫЕ" И "ДОБРЫЕ" - даже маленький сувенир в вашем доме может принести несчастье...

"НАЧАЛЬНЫЕ БУКВЫ СУДЬБЫ" - что зашифровано в фамилии, имени и отчестве каждого из нас?

"НЕ СТРИГИТЕСЬ КОРОТКО" - изменив прическу, не потеряйте удачу.

"ТИГР, ДОЖДЬ И ЯБЛОКИ" - сновед "Морфея" разгадывает ваши сны.

"КТО ОН - ДУХ НОЯБРЯ?"

"ОБЕРЕГ НА ФОТО" - как защитить своё изображение от дурного глаза?

Чего нужно опасаться молодым?

Тот хлеб и соль, которыми встречали молодых из церкви или загса, следует убрать, чтобы, кроме молодых и ближайших по крови (мать, отец!), никто не ел. Тогда молодожены будут жить мирно.

Невеста не должна никому давать мерить свой наряд, а также кольцо (даже кровным сестрам). Брак будет неудачным.

Венчальное полотенце в церкви не оставляют. Обычно стараются выпросить у молодых ные свечи, так как они имеют большую силу в лечении и поправке всякой беды. Следует все убрать и хранить дома. Когда у молодых будут дети, в случае их болезни, венчальными свечами и полотенцем можно вылечить даже тяжелые случаи.

Невеста должна уговорить жениха, чтобы в первый день, кроме одного глотка шампанского, он совсем ничего не пил. Испиток, т.е. шампанское, отпитое одним глотком, невеста прячет и выливает на перекресток со словами: ***"Как женихом не допил, так и мужем чтоб не пил. Аминь".*** Муж тогда не будет пьяницей.

Поздравляем наших победителей!

Подписавшись на любую из наших газет, вы сможете принять участие в розыгрыше множества ценных призов.

КАЖДЫЕ ДВЕ НЕДЕЛИ НОВЫЙ РОЗЫГРЫШ

Заполните купон и пришлите его по адресу Нижний Новгород, 603126, а/я 16 с пометкой «РОЗЫГРЫШ-ПОДПИСКА»

Ф.И.О.

адрес, телефон для связи

на какую газету вы подписались

номер почтового отделения, где была оформлена подписка

По итогам розыгрыша призов победителями стали: Мухарамова Р.А. (г.Сафакулево Курганской обл.), Чернышова И.В. (г.Волгоград), Горбатова Л.И. (г.Шахты Ростовской обл.), Бахтина Г.С. (г.Киров), Пчёлкина С.А. (Н.Новгород), Калинин Л.В. (Н.Новгород), Гудкова В.В. (Н.Новгород), Терехова Н.Ф. (г.Кстово Нижегородской обл.), Кузнецов Ю.Ф. (г.Балахна Нижегородской обл.).

Призы - радиоприемники будут высланы по почте.

КАК ВЫИГРАТЬ?

Подпишитесь на любую из следующих газет: «Формула счастья: он и она», «Приключения, тайны, чудеса», «Сам себе лекарь», «Твое здоровье в вопросах и ответах», «Ваша диван-газета», «Огород», «Морфей», «Хозяйка в доме», «Соляночка», «Скатерть-самобранка», «Уютная газета», «Магия дома», «Женские судьбы», «Секреты моего дома», «Найди свою судьбу»

Разборчиво заполните и вырежьте по линии отреза купоны и вышлите их в редакцию по адресу: 603126, а/я 16, «Розыгрыш-подписка»

Главный редактор В.И. УРУСОВА
т. 32-78-13

Учредитель: Издательский Дом "Нижегородская пресса"
Генеральный директор Г.В. Гундарин
т. 32-78-14

Адрес редакции и учредителя:
603126, Н.Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1

РЕКЛАМНОЕ АГЕНТСТВО
603126, Н.Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1
Директор, зам.директора тел 31-88-20
Менеджеры, тел. 34-82-54
Региональная группа, тел./факс 34-88-22
E-mail:reclama@idnp.ru
Материалы, помеченные знаком *, размещены на правах рекламы

Служба распространения и доставки
тел.: 34-82-57, 34-91-15, 34-91-16 E-mail dostavka@idnp.ru
Подписной индекс 40853
Распространение в Республика Беларусь ИООО "Арго-НН" [illegible]
E-mail:idnp@idnp.ru

Газета зарегистрирована Министерством РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Рег. свидетельство ПИ №77-7939 от 07.05.2001.
[illegible] Н.Новгород, ул. [illegible] 23. Цена в розницу договорная

[illegible] Распространяется в городах: Абакан, Архангельск, Балаково, Барнаул, Белгород, Братск, Брянск, Волгоград, Волгодонск, Вологда, Иваново, Ижевск, Йошкар-Ола, Калининград, Киров, Курган, Мурманск, [illegible] Оренбург, Орел, Петрозаводск, Пермь, Псков, Пятигорск, Ростов-на-Дону, Рязань, Саратов, Северодвинск, Ставрополь, Сургут, Тамбов, Чебоксары, Новочебоксарск, Владимир, [illegible]

ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТАЙНЫ ЧУДЕСА

ПОКА МЫ ВЕРИМ В ЧУДО, МЫ ЖИВЕМ

№26 (178)

2002 г.

Понедельник

БЕЗ ЕЛКИ

«ТЕРМИНАТОР» ТРОФИМЫЧ

Старик «держит» удар тока в 1000 вольт и зажигает лампочки голыми руками. Как?

Стр. 4

«ПРИМОРСКИЙ ЧЕРТ»

Это помесь человека и летучей мыши?

Стр. 6

31 декабря

ДЕМЬЯНОВ БЕСПРИЗОРНИК

31 декабря не пожалейте для вашего Домового горшочка с кашей. Что будет?

Стр. 2

«ЧЕРТ»

Это помесь человека и летучей мыши?

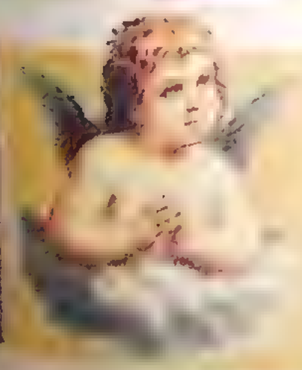
Стр. 6

«КАК ПРАВИЛЬНО ВСТРЕЧАТЬ НОВЫЙ ГОД?»

Запомните простые приметы — от сумы, от тюрьмы, от любви-засухи...

Стр. 12

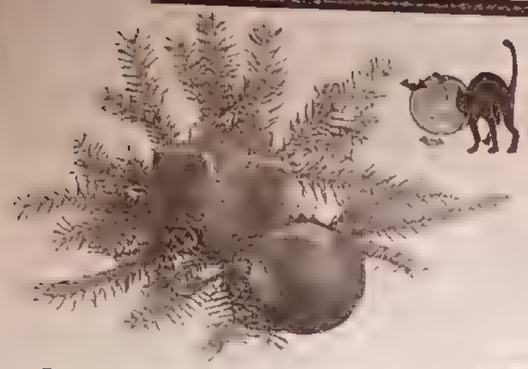
Стр. 15



«АНГЕЛЫ ЯВЛЯЮТСЯ ПОД РОЖДЕСТВО»

К каким ангелам и с какими просьбами обращаться в эти новогодние дни?

НОВОГОДНЯЯ ВСЯКАЯ ВСЯЧИНА



... Ночь была месячная, морозная, действительно новогодняя. Деревья обсыпаны тихим, еле слышным шелестом, который в шлейфе лунного света переливался, как жемчужная россыпь.

БЕЗ КАРЯКИ ДОМ - БЕСПРИЗОРНИК

Не пожалейте 31 декабря для вашего домового горшочек с кашей

Однако у Коли Белянкина, рядового роты охраны ракетной дивизии, настроение было далеко не праздничным. В самый разгар вечера, на который замполит пригласил девушек с местного меланжевого комбината - «для укрепления комсомольского взаимодействия», командир батальона боевого обеспечения (в него входила и рота охраны) Лемасов вошел в актовый зал с каменно-непроницаемым лицом.

- Рота, стройся! - приказал он...

Подарок от Каряки

В деревне Русениха, что рядом с Варнавином, верят и в домовых, и в леших, и в прочую чертовщину. И не случайно: то и дело здесь приключается что-нибудь такое, что не вписывается в привычные нормы.

- Дом без Домового - не дом, а беспризорник, - считает, например, пенсионерка Варвара Диомидовна.

И у нее есть все основания придерживаться такого мнения.

... Сколько себя помнит, живет Варвара Диомидовна в доме, где обитали ее предки. И Домовой тоже.

- Карякой его зовут, - говорит Варвара Диомидовна. - А родился он из яйца, которое снес петух. Когда дом этот сладили, яйцо и появилось. Прадед мой сносок взял - и под мышку, девять дней его носил, ходил впригибочку, пока чертик не вылупился. Каряка, стал быть. А почему Каряка? Потому что кривой да щербатый, на корягу похож. Но с тех пор в спряталки стал с хозяевами играть, капризничает. То одно запросит, то другое... И вещь надо стихомириться, все что сонаж. Неужели до сих пор в него веришь?

Промолчала Варвара Диомидовна, сделала вид, что сон сморил. И уснула-таки. А утром...

Раньше всех проснулся Валерка. И прямиком - к елке. Радости нет предела:

- И откуда Дед Мороз знал о приставке? Ведь я не здесь живу.

- Он мысли на расстоянии улавливает, - объяснила мать.

- А вот и нет! - возразил Валерка. И достал из кармана ма-

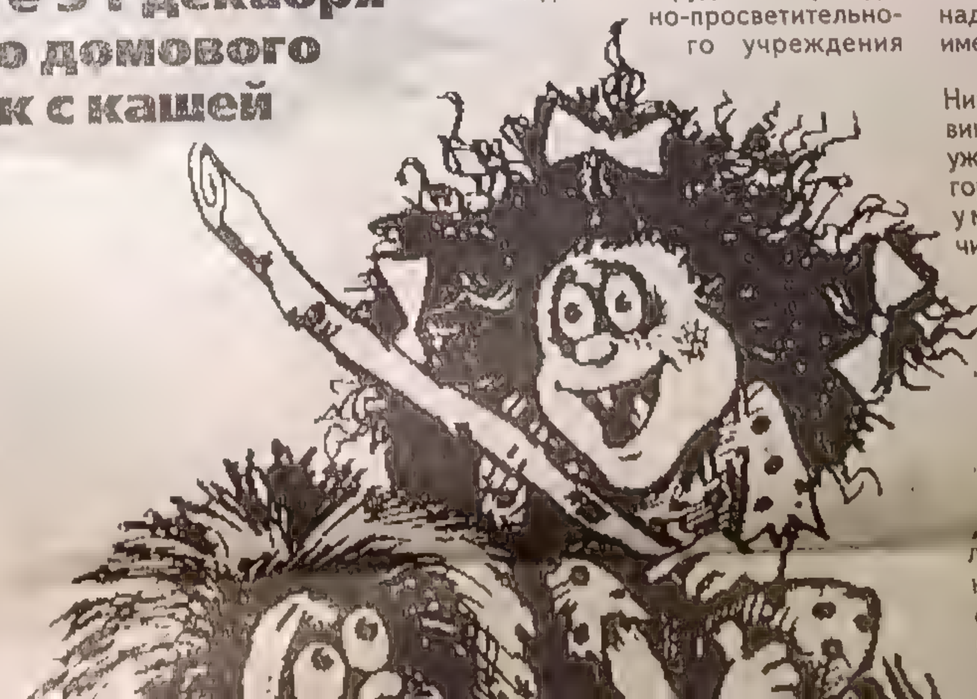
Мария Тихоновна сразу поняла, к чему сын клонит.

- Есть, конечно, - отвечает она. - И подарок тебе принесет обязательно.

А для Валерки все в диковинку. Корову в первый раз увидел не на картинке, кроликов. Варвару Диомидовну замучил своими вопросами. Мать на него прикрикнула даже:

- Оставь бабушку в покое, хватит почемучкать.

А Варвара Диомидовна решила тем временем и Каряку поздравить. Ставит в печь, в загнетку,



от руководства Горьковского автозавода и, в общем-то, жил притеваючи. Работали кружки, устраивались бесплатные массовки.

Когда в начале 90-х годов в стране начались социальные катавасии, в ДК столкнулись с многочисленными проблемами. Не было даже денег на то, чтобы позаботиться о памятнике вождю мирового пролетариата у входа в Дом культуры. Однако перемены не заставили себя ждать. Они коснулись даже названия ДК. Но главное все же заключалось не в названии. Главное состояло в том, что деньги сотрудникам культурно-просветительного учреждения

на какие социальные катаклизмы, взял и откликнулся. Загадочна душа россиянина, сказал бы какой-нибудь чужестранец. А тайн тут - ни грамма. Уж больно охоч наш соотечественник на всякие праздники и торжества. В крови это у нас, нечему удивляться.

31 декабря на утренней оперативке директор ДК ознакомил Дедов Морозов с диспозицией. Каждому из них предстояло доставить подарки по трем-четырем адресам. Причем в очень непродолжительный отрезок времени: не раньше 11 часов вечера и не позже полуночи. Самая же трудная задача выпала Толику Большому. Ему надо было вручить мальчику по имени Боря велосипед.

- Это же нереально, Евгений Николаевич, - взмолился массовик-затейник. - Машины нет, неужели мне придется целый час на горбу эту тяжесть таскать? А ведь у меня еще и мешок, и посох и прочие причиндалы...

- А что, по-твоему, с этой задачей Толик Маленький справится лучше? - строго спросил директор. - Надсадится ведь человек. Сколько, как ты думаешь, после этого он будет на аптеку работать?

Евгений Николаевич хорошо знал все «больные мозоли» своих подчиненных. А то, что Толика - закадычные друзья, ни для кого не было секретом.И вот на стал урочный час. Толик Большой приклеил усы и бороду, обмотался в шубу, взвалил на спину мешок

сил, ходил впригибочку, пока чертик не вылупился. Каряка, стал быть. А почему Каряка? Потому что кривой да щербатый, на корягу похож. Но с тех пор в спряталки стал с хозяевами играть, капризничает. То одно запросит, то другое... И ведь надо стихомириться, все что надо исполнить. Иначе такие шутки начнет вышучивать, что жить не захочется. То, что спящего щекотать станет или моток ниток запрячет куда-нибудь, - это еще цветочки. Когда я в больнице лежала, а для Каряки никто горшок каши к подпечью не подносил, начал лавки опрокидывать, шуметь, стучать. Пришла домой - задобрила. Успокоился, вроде.

На глаза людям Каряка не показывается.

- Только однажды его видела, - говорит Варвара Диомидовна. - Этакий старичок-боровичок, бороденка до пояса, обомшевел совсем, сидючи в запечье своем безвылазно. Пожалела я его - даже слезы на глаза навернулись. Сотня лет наверняка ему, а ухода нет. Зипун какой-то рваный, вместо опояски - веревка. Я ему ремешок под печку подложила - забрал. Понравился, видать.

А тут - зима, многоснежье, деревья от мороза трещат, речка мрамором льда облицована. Короче, Новый год близится. Для Варвары Диомидовны праздник двойной. Издалека, из Мурманской области, приехала дочь ее навестить да внука показать - Валерку. Давно не была в Русенихе - так жизнь сложилась. Выучилась, вышла замуж за моряка, куда он - туда и она, как нитка за иголкой. А у военных - жизнь на чемоданах. Сегодня здесь, завтра - там.

Суетится Варвара Диомидовна, пироги печет. Праздник есть праздник. Хвойный дух в доме: елку дочь с внуком наряжают. А у Валерки свой интерес. Спрашивает:

- А в Русенихе Деды Морозы есть?

ру Диомидовну замучил своими вопросами. Мать на него прикрикнула даже:

- Оставь бабушку в покое, хватит почемучкать.

А Варвара Диомидовна решила тем временем и Каряку поздравить. Ставит в печь, в загнетку, горшок каши пшенной, маслицем полила сверху, горячими углями обкладывает.

Валерка тут как тут:

- А зачем это, бабушка?

Подумала-подумала Варвара Диомидовна и рассказала про Каряку внуку. Все, что знала.

А мальчик - в слезы:

- Жалко мне его, бабушка. Можно, я ему тоже подарок сделаю? Мы-то все вместе Новый год встречаем, а он один совсем...

И с этими словами полез в карман, достал свою любимую конфету «Чупа-чупс» и положил рядом с горшком.

... Когда Валерку покормили и уложили спать, Варвара Диомидовна с дочерью сели за праздничный стол. И вот стрелки часов сравнялись на цифре 12, наступил Новый год. Выпили наливки домашнего изготовления, а Мария Тихоновна положила под елочку коробку с компьютерной игровой приставкой «Тетрис», о которой давно мечтал Валерка.

Поговорили о том о сем, телевизор посмотрели. И тоже - в постели. Только улеглись - половицы скрипят. Как будто ходит кто-то. Шажки коротенькие - как у ребенка.

- Кто там? - вырвалось у Марии Тихоновны. - Ты, что ли, Валера?

- Тише! - попыталась успокоить ее Варвара Диомидовна. - Каряка это. Разве не помнишь?

Мария Тихоновна и в детстве в домовых не шибко-то верила, а тем более теперь, в зрелом возрасте.

- Ладно тебе, мама, - сказала она. - Домовой - сказочный персонаж.

ленькую фигурку Домового, вырезанную из дерева. - Вот что под елкой лежало. Я ведь такой подарок не заказывал.

- Это не Деда Мороза рук дело, - сказала Варвара Диомидовна. - Это Каряка тебя отблагодарил. Видно, конфета ему понравилась. Он же ведь все слышит, все понимает. Не говорит только.

Вот и поверь после этого, что рассказы про домовых - сплошные байки. Как говорит Варвара Диомидовна, дом без Домового - не дом, а беспризорник...

Дед Мороз на велике

Этот Дом культуры в Нижнем Новгороде был построен едва ли не полвека назад. Долгое время он получал финансовую подпитку

пришлось зарабатывать самим.

Между тем приближался Новый год.

- Почему бы нам не расширить ассортимент платных услуг? - как бы размышляя сам с собой, сказал директор своим сподвижникам. - Праздник на носу, а у нас Дедов Морозов столько, сколько волос в одной их накладной бороде. Вот бы и доставляли подарки по указанным адресам вместо того, чтобы скакать козлами вокруг елочки...

- А ведь это хорошая идея, - поддержал Толик Большой (в ДК был еще и другой массовик-затейник по имени Толик. Его звали Толик Маленький). - Надо дать объявление. Думаю, заказы будут.

И народ, несмотря на смятение и неразбериху, несмотря ни

человек. Сколько, как ты думаешь, после этого он будет на аптеку работать?

Евгений Николаевич хорошо знал все «больные мозоли» своих подчиненных. А то, что два Толика - закадычные друзья, ни для кого не было секретом. И вот настал урочный час. Толик Большой приклеил усы и бороду, облачился в шубу, взвалил на спину мешок с подарками, а вот третьей руки для велосипеда у него, к сожалению, не оказалось. И мгновенно вызрело рационализаторское предложение: привязать бечевкой посох к раме велосипеда и катить его перед собой. - Но и это давалось с трудом. И тут Толика Большого осенило. «Какой же я дурак! - подумал он. - Почему бы мне самому не поехать?»

Вся беда заключалась в том, что велосипед был подростковый. Колени Толика Большого упирались в руль, да еще и шуба мешала. Но он мужественно переносил все выпавшие на его долю тяготы и благополучно добрался до первого адресата.

В квартире вовсю шла гулянка. Деда Мороза встретили криками «ура!», провозгласили в честь его здравицу. И поднесли в знак благодарности фужер водки.

- Я на работе, - пытался протестовать Толик Большой.

Но его никто не слушал.

- Если побрезгуешь - обидишь по гроб жизни, - заявил хозяин.

А пышнотелая его супруга встала, как Брестская крепость, у двери и сказала, что в противном случае путь Деда Мороза лежит через ее хладный труп.

Толик представил, как трудно будет переступить через эту гору, и понял, что спорить бесполезно - только время потеряешь. И на

свой страх и риск махнул фужер. Только тогда его выпустили.

В голову сразу же ударило, но и до второго адресата Толик Большой тоже добрался благополучно. И там встреча была, что называется, на уровне. Увидев взаправдашнего Деда Мороза, дети смотрели на него, как, наверное, взирали бы на инопланетянина. А когда он вручил еще и подарки, глаза их засияли счастьем и гордостью.

Но и в этой квартире ситуация повторилась до мелочей. Пришлось и здесь ублажить хозяев, дабы успеть вручить велосипед мальчику по имени Боря.

А в голове задилибомкало еще сильнее. Толик жал на все педали, но по заснеженной мостовой передвигаться на велосипеде было тяжело. К тому же декабрь замазал белым цветом названия улиц.

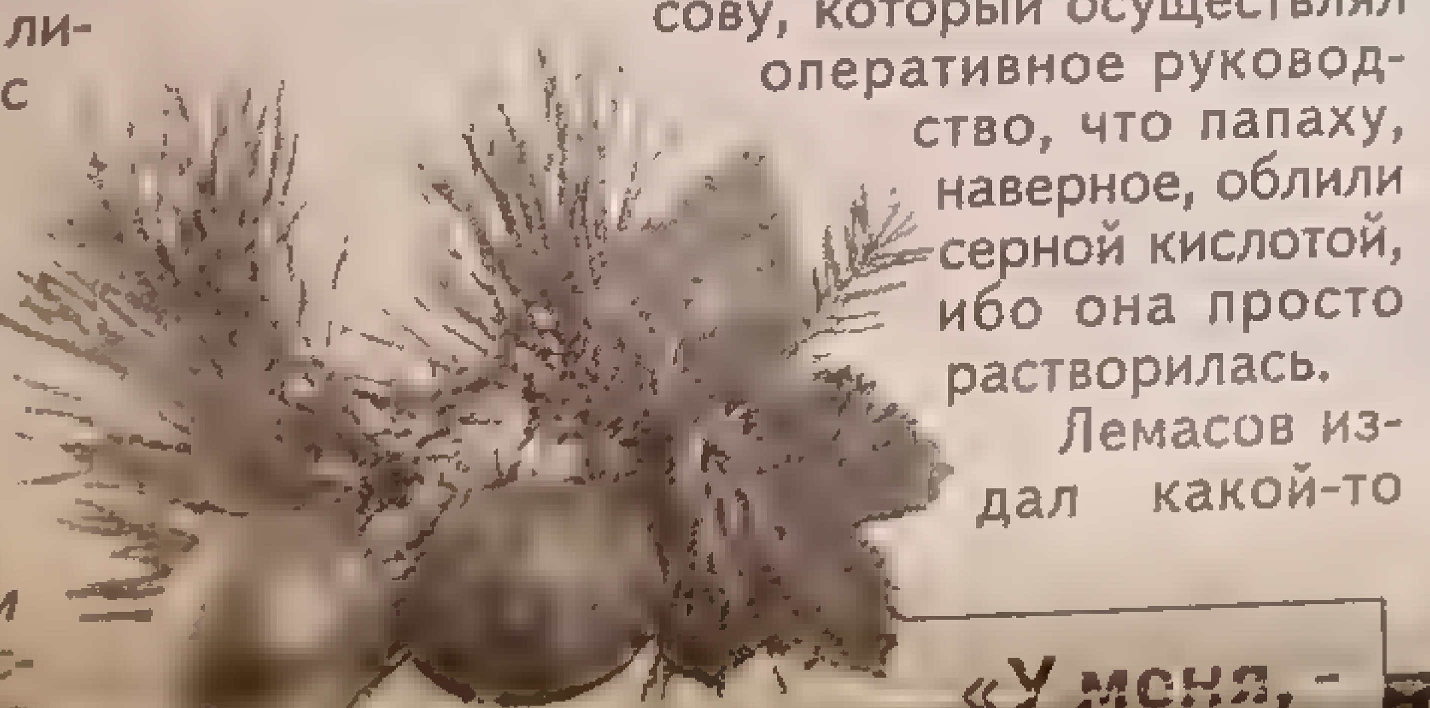
Снег падал косо, охлестывая бегущие машины. Толик Большой даже не заметил, как свернул с тротуара на проезжую часть. И неожиданно полетел вверх тормашками - его сбила «копейка».

Водитель выскочил из машины, принялся ругаться на чем свет стоит. Толик за словом в карман не полез. Но до рукопашной дело, к счастью, не дошло: вмешался невесть откуда взявшийся гаишник.

- Это он во всем виноват, - кричал владелец «копейки». - Ехал, вилял из стороны в сторону.

- А почему вы, собственно, на велосипеде? - поинтересовался гаишник у Толика. - Причем на подростковом. Честно признайтесь: украли? И где ваше удостоверение, что являетесь правильным Дедом Морозом, а не липовым? Ведь от вас несет, как из пивной бочки. Постоишь пять минут - сразу на огурец тянет.

Толик Большой начал сбивчиво объяснять, в чем дело, но страж транс- [illegible] подозри- [illegible] непредвиденных ситу- [illegible] непредусмотренных слу- [illegible], для него не



может ведь генерал ходить в солдатской шапке-ушанке. А папаха где-то здесь. В клубе сейчас одни только офицеры да их жены, украсть ее никто не мог.

- Неужели генерал не может вспомнить, где он ее потерял? - задал ехидный вопрос замкомвзвода старший сержант Торгушников.

- Отставить разговорчики! - осадил его Лемасов. - Приказ ясен? Выполнять!

Роту, вернее, часть ее, свободную от нарядов, разбили на несколько групп. Каждой поручался определенный участок прилегающей к клубу территории. И начались поиски.

Несмотря на то, что новогодняя ночь выдалась на славу: тихой, лунной, серебряно-снежной, а свет звезд сверкал в хрустальных гранях льда, на душе Белянкина было погано. Он только что познакомился с симпатичной девушкой по имени Мила, танцевал с ней, но как ее найти, спросить не успел. А ведь даже фамилия этой девушки ему не известна.

Мысли солдата были далеки от того, чем надлежало заниматься. Черные стропила сучьев, тишина, которая застывала в ушах, веселые огни офицерского клуба - все это раздражало Колю. Равнодушное беспокойство охватывало его. Какая тут папаха, которую генерал потерял, похоже, по пьянке! Никому она не нужна, как лампочка в ясный день.

Но ее не было нигде. После бесплодных блужданий с фонарями группы поисковиков сошлись в одной точке и доложили Лемасову, который осуществлял оперативное руководство, что папаху, наверное, облили серной кислотой, ибо она просто растворилась.

Лемасов издал какой-то

«У меня, - говорит жених-Дед Мороз, - такое чувство,

дала от хохота. И, естественно, не скупилась на угощение.

Можайский хватанул соточку, это его еще больше раззадорило, он, казалось, превзошел сам себя. И его приглашали то к одному столу, то к другому. В итоге набрался по самые брови и неожиданно для себя решил, что происходит какая-то немыслимая путаница: генерал с московской пропиской - это он, Можайский, а человек, который выдает себя за генерала, - всего лишь старшина хозвзвода, который папаху носить просто не достоин, да и вообще - не имеет никакого на это права.

Дед Мороз получил на полную катушку от командира дивизии Парамонова: 15 суток содержания на гарнизонной гауптвахте. А Коля Белянкин, наоборот, поощрение: внеочередное увольнение. И ему повезло: он нашел-таки девушку, с которой танцевал в ту новогоднюю ночь.

Недавно Коля и Мила (Николай Сергеевич и Людмила Григорьевна) отпраздновали серебряную свадьбу. А живут они в Нижнем Новгороде, в любви и согласии. У них двое детей, трое внуков. Ну а рассказ о генеральской папахе - это уже семейное предание.

О пользе народных примет

И еще об одном семействе, семействе Никитиных из Бора. Все его представители на Новый год каждый раз собираются вместе - это дело святое. И всегда в доме Евгения Михайловича и Любови Гавриловны тепло и весело.

- Однажды, - рассказывает Евгений Михайлович, - встречали мы очередной Новый год. Женщины готовят, стол сервируют, а мужчины на лоджии собрались. Курим, о своих мужицких делах разговоры разговариваем. И вдруг жена зовет: «Женя, иди скорей сюда!». «В чем дело?» - спрашиваю. А супруга объясняет: дескать, дочь, Наташа, нож уронила. Между тем при-

★ ЧАСЫ 12 БЬЮТ

КОЗА - ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ГОДА

В соответствии с традиционным китайским календарем, 2003 год - это год Черной Козы. Согласно китайской традиции, черный - цвет стихии Вода. Коза 2003 года будет Водяная, а водная стихия олицетворяет такие состояния, как гибкость, общительность. Год Черной Козы начнется 1 февраля в 13 часов 49 минут по московскому времени.

На Руси, как и во многих странах, традиционно Новый год встречают 1 января. Но уже давно принято в этот день отдавать дань традициям восточного календаря. Встречать наступающий Новый год нужно, как всегда, радостно и весело, с надеждами на лучшее, загадав желания и написав послание Черной Козе.

Уберите красиво комнату, зажгите свечи, поставьте на стол или повесьте на елку фигурку Козочки или Овечки. Оставьте в прошлом все неприятное. Думайте о будущем. Обратитесь к Козе со следующими словами:

О, Великая мать Луны и природы, волшебница Коза! Ты нежна и чувствительна, добра и доверчива.

Судьба часто улыбается тебе. И все расцветает и облагораживается от нежности твоих чувств.

Во всем ты стремишься найти красоту и гармонию. У тебя доброе и чуткое сердце.

Принеси мир, счастье и изобилие нашему дому. Ведь ты Коза - повелительница года!

★ ЧАС «Х»

КАК СПАСТИ НАШУ ПЛАНЕТУ?

Каждый раз в конце года астрономы продолжают будоражить общественное мнение.

Они заявляют, что в окрестностях Земли шастает немалое количество опасных для нашей планеты астероидов. Неудивительно, что многие великие мира сего ныне поддерживают идею ученых о создании астероидного патруля - специ-

даже нам и удастся разделить астероид на составные части, может оказаться, что залп шрапнели будет более убийственным, чем удар одиночным ядром.

Поразмыслив, астрономы предлагают отказаться от войны с астероидами и применить иную тактику. Можно, например, высадить на астероид десант с атомным реактором, который начнет растапливать лед.

Образовавшийся пар даст реактивную струю, под действием которой астероид пусть [illegible]

отрец тянет.

Толик Большой начал сбивчиво объяснять, в чем дело, но страж трансгалактического порядка глядел на него подозрительно. Непредвиденных ситуаций, не предусмотренных служебной инструкцией, для него не существовало. - Гражданин, - сказал он, наконец. - Такого бреда я отродясь не слышал. И кто такой Боря? Я что-то не понял. Борис Немцов или Борис Ельцин? Короче, садитесь в машину. Поедем разбираться. Ну а дальше - либо в психушку, либо в вытрезвитель.

Толик посмотрел на часы. «Это - все, кранты, - подумал он. - Евгений Николаевич такого не простит. Как, впрочем, и мальчик Боря. С работой придется распрощаться».

Но у этой истории, как ни странно, финал был счастливым. Когда Толика Большого доставили в отделение милиции, его встретил дежурный, который играл в самодеятельном театре при ДК культуры.

- Да я ж его как облупленного знаю, - заявил он. - Это же Толик Большой! Самый лучший Дед Мороз в Европе!

Сконфуженный гаишник довез «правильного» Деда Мороза до нужного ему дома. Толик поднялся по лестнице на третий этаж и нажал на звонок. Часы били двенадцать...

Санта Клаус в генеральской папахе

Теперь самое время вспомнить о Коле Белянкине, рядовом роты охраны. Когда подполковник Лемасов дал команду «Стройся!», Коля сразу подумал: случилось что-то сверхординарное.

Его опасения подтвердились.

- Ставлю перед вами задачу, - сказал Лемасов. - Надо найти папу генерала, приехавшего из Москвы. Она исчезла во время бала в офицерском клубе. Весь гарнизон обыскали - ноль целых и ноль десятых. Надо прочесать всю прилегающую территорию. Не

ибо она просто растворилась.

Лемасов издал какой-то

«У меня, - говорит жених-Дед Мороз, - такое чувство, что в этой квартире я уже бывал когда-то».

звук, напоминавший рычание. Потом перешел на нормальный командирский язык.

- Вы не выполнили приказ! - отчитывал он при всех капитана Криво, стоявшего перед ним с опущенной головой, как провинившийся школьник. - Что я скажу приезжему генералу? Даю вам срок до семи утра. Папаху во что бы то ни стало найти! Прошерстите все казармы - я даю вам такие полномочия.

Луна наливалась серебром, как-то на глазах круглела. В кущах деревьев то и дело слышалась возня - воронье устраивалось поудобней в своих гнездах...

Коля Белянкин, еще один солдат, Рябоконь, и старший сержант Торгушников подходили к казарме связистов. Вдруг снег впереди заскрипел - кто-то шел навстречу. Когда эта высокая фигура приблизилась, челюсти у поисковиков отвисли: это был Дед Мороз в... генеральской папахе. Он был совершенно пьян, но язык его не заплетался. Более того, строго спросил:

- Почему честь не отдаете старшим по званию?

... Все прояснилось потом, когда генерала-самозванца сдали на гауптвахту. Оказалось, чтобы повеселить приезжего генерала и его свиту, старшину хозяйственного взвода Можайского, который имел несомненные артистические таланты и был «примой-балериной» всех КВН, переодели Дедом Морозом и отрядили в офицерский клуб. И он действительно потешал публику в погонах со звездами так, что она буквально рыбови Гавриловны тепло и весело.

- Однажды, - рассказывает Евгений Михайлович, - встречали мы очередной Новый год. Женщины готовят, стол сервируют, а мужчины на лоджии собрались. Курим, о своих мужицких делах разговоры... разговариваем. И вдруг жена зовет: «Женя, иди скорей сюда!». «В чем дело?» - спрашиваю. А супруга объясняет: дескать, дочь, Наташа, нож уронила. Между тем примета в народе есть: если такое под Новый год случается, а девка на выданье, мужчина должен придти, ему-то и быть суждено супругом...

Посмеялся Евгений Михайлович и пошел снова на лоджию. А тут - звонок: Дед Мороз на пороге. Поздравляю, мол, от имени профкома стеклозавода. И подарок вручает.

- Самое потрясающее во всей этой истории, - рассказывает Евгений Михайлович, - что спустя год или полтора Наташа моя с этим Дедом Морозом познакомилась при других обстоятельствах. А когда привела она жениха на смотрины, как-то странно повел он себя. «У меня, - говорит, - такое чувство, что в этой квартире я уже бывал когда-то». Так вот все и выплыло наружу...

Сергей СТЕПАНОВ.
«Приключения. Тайны. Чудеса»

астрономы продолжают будоражить общественное мнение.

Они заявляют, что в окрестностях Земли шастает немалое количество опасных для нашей планеты астероидов. Неудивительно, что многие великие мира сего ныне поддерживают идею ученых о создании астероидного патруля - специальной службы, в задачи которой будут входить наблюдение за всеми близлежащими небесными телами и своевременное воздействие на них с целью изменения траектории при возможном столкновении.

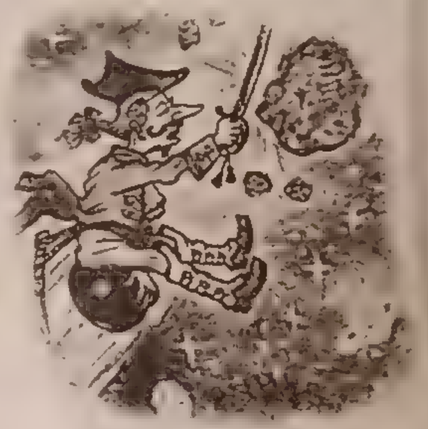
Поначалу некоторые горячие головы предлагали использовать для такого силового воздействия ракеты с ядерными и термоядерными боеголовками, но расчеты и компьютерное моделирование показали: стрелять ракетами по астероидам примерно то же, что палить из револьвера по подушке. Как известно, пули застревают в перьях и пухе.

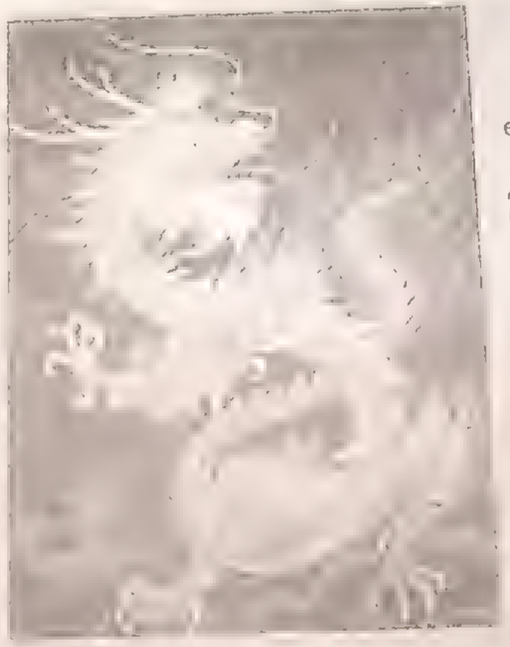
Нечто похожее произойдет и в космосе, поскольку многие астероиды представляют собой вовсе не сплошную глыбу, а конгломерат более или менее крупных фрагментов, сцементированных льдом. В такой массе взрывная волна быстро гасится. А если жет оказаться, что заш шранно ли будет более убийственным, чем удар одиночным ядром.

Поразмыслив, астрономы предлагают отказаться от войны с астероидами и применить иную тактику. Можно, например, высадить на астероид десант с атомным реактором, который начнет растапливать лед.

Образовавшийся пар даст реактивную струю, под действием которой астероид пусть не сразу, но изменит свою траекторию. Можно также поставить на астероид солнечный парус из блестящей фольги, и под действием светового давления он опять же улетит от нашей планеты в другую сторону.

Станислав НИКОЛАЕВ.
© «Мир зазеркалья».





ДЕТИ ДРАКОНА

Вьетнамцы любят повторять, что они дети Дракона. И у них есть основание для подобного утверждения.

Однажды, пролетая над землей, Лак Лаунг Куан (мифический дракон) увидел девушку небесной красоты - Ау Ко - и тут же влюбился в нее. Приняв образ человека, он спустился на землю и предложил красавице стать его женой. Вскоре после свадьбы Ау Ко произвела на свет... мешок со ста яйцами. Из них-то и выросли сто сыновей-близнецов.

Довольно любопытно, что подавляющее большинство вьетнамцев не только трепетно относятся к легенде о получеловеке-полудраконе, но и верят, что мифический Лак Лаунг Куан действительно существовал. Во Вьетнаме и по сей день многое связано с его именем. Так, неподалеку от Ханоя есть место, которое называется Лаунг До («желудок Дракона»), «Горлом Дракона» именуют горную цепь Тиениен в северной провинции Куангнинь. А еще есть река Дракона, залив Дракона, мост Взлетающего Дракона. Что находится во вьетнамской столице, которая, кстати, в стародавние времена и сама носила точно такое же имя.

ПОД ТОКОМ

Встретил меня дед Максютинский поначалу хмуро.

«ТЕРМИНАТОР» ТРОФИМЫЧ

Старик «держит» удар тока в 1000 вольт и зажигает лампочки голыми руками. Как?

Но исконная крестьянская вежливость победила, и постепенно, видя непраздный интерес к его особе, оттаял, разговорился. Гости, как я понял позже, замучили Василия Трофимовича. Каждый не прочь сфотографироваться с «живой трансформаторной будкой» - человеком, которого не «берут» удары тока высокого напряжения.

Приземистая, старая-престарая хата 74-летнего пенсионера, которого в селе Колоденка знают все от мала до велика, буквально наличкана телевизорами, стиральными машинами, холодильниками, прочей электробытовой техникой. И хотя областной центр с современным сервисом под боком, односельчане предпочитают нести неисправный телевизор к Максютинскому с его «золотыми руками». Но не только этим славен Василий Трофимович, которого уважительно кличут - Терминатор.

Он, наверное, единственный в Украине человек, который способен браться голыми руками за провода под высоким напряжением, может зажечь на своей голове неоновую лампу, подпалить спирт в ложке...одним лишь прикосновением пальцев.

- Ну и какой вам эксперимент показать? - спросил Трофимыч, введя меня в тему. - Будете фотографировать?

Несмотря на токопроводящую уникальность хозяина, я тем не менее в душе очень опасался стать иници-

Каждый не прочь сфотографироваться

лампа ярко зажглась, осветив его улыбающееся лицо. - Фотографируйте.

- Можно не спешить, - заметил Максютинский, и еще минуту-другую держал концы электропровода под напряжением 220 вольт.

- Что вы ощущаете при этом? - спросил я, когда он убрал лампу.

- Пощипывание-покалывание.

О своих странных способностях Василий Трофимович узнал в 1944 году. Было ему 12 лет. Тогда в село только провели электричество. Стало удобно, хорошо. Но однажды вечером свет исчез.

- Я решил проверить, в чем дело, полез к электрощиту, - рассказывает Терминатор, - выкрутил пробку и понял, что она перегорела. При этом зацепил пальцами за оголенную клемму. Раздался жуткий треск, посыпались искры, задымило, а мне ничего. Только испугался. Кто рядом был, решили, что меня убило, а я жив-здоров. Заменили пробку - и свет загорелся.

Потом Василий работал механиком на швейной фабрике. И не упускал случая разыгрывать девчат-швей, которые, к примеру, просили отремонтировать утюг или электроплитку. Все ждали его

лаборанта в физкабинет. Проводил с детьми опыты, ремонтировал и мастерил в классах.

Известность пришла к Максютинскому после посещения их школы зарубежной делегацией.

- Зашли гости в физкабинет, где я в это время подсоединял провода к вольтметрам и амперметрам голыми руками. Они-то думали, что провода без напряжения, но когда убедились, что там приличный ток, только диву дались, - краснеет от приятного воспоминания Василий Трофимович.

О ровенском феномене тут же узнали в Москве, и через несколько недель Максютинского пригласили туда для научной проверки. Было это в 1962-м. Прислали персонально за ним машину, отвезли в аэропорт, «а оттуда - в Белокаменную, в институт, какой - не помню».

- Посадили меня около автотрансформатора, привязали к рукам два провода и попросили крутить ручку. Стрелка вольтметра поднялась до цифр 100, 200... 500, а затем и 850. При этом напряжении я бросил ручку: руки набрякли, вздулись посиневшие жилы.

Присутствующие ученые, шокированные увиденным, на какое-то время растерялись, а затем дружно зааплодировали. Подбежал

то записал в журнал. Затем меня накормили, дали 200 рублей - и снова в аэропорт и на самолет.

Ну а в украинской столице ни тогда, ни потом, во времена уже независимые, к уникальным способностям Максютинского интереса не проявили. Только односельчане донимают просьбами показать эксперимент - «цирковое представление», по выражению Трофимыча. Когда был помоложе и поздоровее, проводил, по его словам, опыты, которыми даже сам восхищался: брался, к примеру, одной рукой за провод, присоединенный к входу в кинескоп телевизора, а другой прикладывал неоновую лампу с контактами-усиками к уху - и она загоралась. Или наливал в алюминиевую кружку на самое дно спирт, брался одной рукой за оголенный провод под напряжением, а пальцем другой руки прикасался к спирту - и тот загорался синим пламенем.

Станислав ПРОКОПЧУК.

© «Труд-7»

введя меня в тему. - Будете фотографировать?

Несмотря на токопроводящую специальность хозяина, я тем не менее в душе очень опасался стать инициатором возможного электроудара, да еще, не дай Бог, с печальным исходом. Поэтому стал умолять хозяина провести лишь «самый простой» опыт. С полной гарантией остаться живым и невредимым.

Слушая мои уговоры, Терминатор лишь усмехнулся. Вытащил оттуда пару приборов типа вольтметра и стабилизатора, а также контрольную лампу на 150 ватт с оголенными проводами, включил штепсель в розетку.

- Вот это самый простой эксперимент, - объявил мне сдержанно Трофимыч и взялся пальцами за два оголенных конца провода. Электро-

Каждый не прочь сфотографироваться с «живой трансформаторной будкой».

Потом вместе работал механиком на швейной фабрике. И не упускал случая разыгрывать девчат-швей, которые, к примеру, просили отремонтировать утюг или электроплитку. Все ждали его «фокусов». Васька «токопроводящего» окружали плотной стеной - поглазеть, как будет скручивать голыми пальцами перегоревшие спирали. И тут он не упустит момента, чтобы, словно ненароком, притронуться к одной из стоящих рядом молодиц. Ее, конечно, тряхнет так, что отлетает в сторону. Все с визгом разбегаются, а он, как ни в чем не бывало, продолжает чинить утюг...

После армии 11 лет работал на свердловском «Уралхиммаше» - формовщиком, литейщиком. Затем вернулся в родные места. Директор местной школы пригласил на должность

подпрыгивать до цифр 100, 200... 500, а затем и 850. При этом напряжении я бросил ручку: руки набрякли, вздулись посиневшие жилы.

Присутствующие ученые, шокированные увиденным, на какое-то время растерялись, а затем дружно зааплодировали. Подбежал врач, замерил давление, пульс, что

показать эксперимент «цирковое представление», по напряжению Трофимыча. Когда был помоложе и поздоровее, проводил, по его словам, опыты, которыми

тами-усиками к уху - и она загоралась. Или наливал в алюминиевую кружку на самое дно спирт, брался одной рукой за оголенный провод под напряжением, а пальцем другой руки прикасался к спирту и тот загорался синим пламенем.

Станислав ПРОКОПЧУК.

© «Труд-7».

КСТАТИ

Комментирует Нина РУБЦОВА, ведущий сотрудник НИИ медицины труда РАМН, доктор биологических наук:

- История об «электрических людях» передается из уст в уста не одно десятилетие. Некоторые из них правдоподобны, другие - по разряду ненаучной фантастики.

Согласно действующим медицинским нормативам, разработанным для сохранения здоровья, человек может выдержать силу переменного тока до 20-25 миллиампер. При более высоких показателях начинаются судороги и боли в мышцах, затем наступает фибрилляция сердца, человек погибает. Допустимым напряжением при переменном токе считается 2 вольта, при постоянном - 8. Разумеется, эти величины могут немного колебаться: если у человека жесткая, грубая кожа, или, иначе говоря, высокое электрокожное сопротивление, то порог чувствительности выше. Подобных людей называют «нечувствительными», «толстокожими».

В истории с ровенским феноменом, судя по всему, речь идет о человеке с крайне высоким порогом чувствительности к электрическому току. Таково природное свойство его кожи. Обычно такие люди обнаруживают в себе поразительную силу воли и выдержку, становятся хорошими спортсменами. Нередко они начинают заниматься экстрасенсорикой, открывают в себе способности по части нетрадиционного целительства, механизмы которого до сих пор не раскрыты.

ГДЕ Я?

Порой во сне или наяву мы вдруг словно переносимся в другую реальность.

ФЕНОМЕН ДЕЖА-ВЮ

Перед нашими глазами неожиданно предстают события, либо давно миновавшие, либо те, которые еще не произошли. Объяснить это явление наука пока не в силах.

Иногда, глядя на что-то, человек спохватывается: «Я здесь уже был! Я это видел и пережил!», хотя внутренне он абсолютно уверен, что ранее ничего подобного с ним не происходило. Этот феномен, известный как дежа-вю (уже виденное), весьма распространен.

Состояние дежа-вю имеет чисто психическую природу. В некоторых случаях мозг ошибочно принимает незнакомые реалии за знакомые, а порой срабатывает подсознательный защитный механизм: внушая себе, что однажды уже пережили подобную ситуацию, мы успокаиваемся и обретаем уверенность в своих силах. Отдельных людей синдром дежа-вю преследует всю жизнь.

Так, знаменитый психолог Карл Юнг утверждал, что с 12 лет живет словно бы в двух мирах - современности и далеком прошлом. Как-то он увидел портрет врача, написанный в XVIII в. Доктор был обут в ботинки с пряжками. Юнгу показалось, что когда-то и он носил такие ботинки. Более того, психолог верил, что родился не в 1875 г., а в 1775 г.

Во время поездки в Найроби профессору попался на глаза темнокожий мужчина, опиравшийся на копье. Сразу же появилось ощущение, что он уже бывал здесь 2 тыс. лет назад и встречал этого человека!

Один из случаев дежа-вю описал Лев Толстой в послании к приятелю. Как-то на охоте его конь споткнулся и сбросил седока на землю. В тот же миг писатель вспомнил: такое уже происходило с ним 200 лет назад, но тогда он был другим человеком с иными именем и судьбой.

Парапсихологи полагают, что дежа-вю связано с реинкарнацией или феноменом генетической памяти, то есть ложные воспоминания либо относятся к предыдущему воплощению, либо достались нам от предков.

По мнению некоторых исследователей, между дежа-вю и вещими снами, повторяющимися затем наяву, нет принципиальной разницы. Существует даже гипотеза, что дежа-вю - это забытые сновидения, которые сбываются в реальной жизни.

Маргарита ТРОИЦЫНА.

© «Мир зазеркалья».

МУЖСКАЯ СЕРЬГА

Она спасает от болезней и нечистой силы?

ЗРИ В КОРЕНЬ

С седой древности и по сей день к ней неравнодушны многие представители сильного пола.

Ее с удовольствием носили - нет, не на руках! - рабы Древней Греции и американские индейцы, горячие кавказские парни и свободолюбивые цыгане, моряки всех времен и народов и рафинированные королевские особы.

Она служила украшением любого мужчины, символом его власти, спасала от болезней и нечистой силы. Угадайте с трех раз, что это? Нет, не дама сердца, это - мужская серьга!

Из глубины веков

В нашей стране еще более десятка лет назад всевозможные украшения считались буржуазным пережитком и не более того. С сережками еще худо-бедно мирились - как с исключительно женской принадлежностью. А между тем изначально серьги были преимущественно мужским прибамбасом!

Памятники истории и культуры совершенно недвусмысленно говорят: в старину мужики были не прочь нацепить на себя серьгу, да еще и не одну. На сохранившихся с античных времен настенных росписях, папирусных рисунках и скульптурных композициях многие сыновья Адама предстают перед нами во всей своей красе и с украшениями в ушах. Ассирийские короли по большей части изображены босыми, но в диадемах, браслетах и, конечно, сережках.

До наших дней дошли барельефные портреты финикийцев и их божеств, с современной точки зрения явно перестаравшихся в украшательстве себя, любимых. Сильный пол отменно разбирался в подобных прикрасах, и если чувство меры им иногда отказывало, то чувство вкуса никогда. За пять тысяч лет до Рождества Христова в Азии и долине Нила на радость мужчинам уже вовсю трудились искусные художники и ювелирные мастера по серьгам, браслетам, диадемам и ожерельям...

Норма русских царевичей

Русичи в своих ювелирных предпочтениях мало чем отличались от иноземцев: в ухе того же «Ивана-царевича на сером волке» переливается большая жемчужина. Доподлинно известно, что прежде чем взяться за полотно, Васнецов изучил историю русского костюма: стало быть, блистать серьгой в ухе - для русских царевичей норма.

Художнику вторит и две пряди, висевшие по обеим сторонам его лица, что означало его знатное происхождение. В одном ухе висела серьга, украшенная карбункулом и двумя жемчужинами».

Любопытно то, что есть сведения, согласно которым вплоть до X века серьги для мужчин по особой технологии изготавливали женщины-ювелиры! Каково? Законодателем моды - на ушные украшения, во всяком случае, - был сильный пол. Прекрасной половине человечества оставалось лишь потакать капризам - и мужским, и «модным».

Второе пришествие

Со временем старинные обычаи основательно забыли. Но в XVIII веке серьги вновь взлетели на пик популярности. Виной всему были английские денди. Им вдруг взбрело в голову украшать себя символами, напоминавшими о былом величии морских пиратов, которыми славилась Англия XVII века. Тут же из старинных сундуков франты Туманного Альбиона извлекли серьги и вдели себе в уши. За пижонами Британии потянулись и остальные модники.

Так, в XIX веке русские женщины позаимствовали у представителей сильного пола обычай носить только одну сережку в ухе. Свидетельство тому - письмо некой английской путешественницы: «Мне уже приходилось упоминать о русском обычае постоянно делать подарки - в некоторых случаях они обязательны. Два бриллианта, подаренные мне княгиней, я буду носить в серьге будущей зимой - по здешней моде ходят с одной сережкой»,

Мода на серьги процветала и среди русских военных - особенно среди гусар. «Собутыльники ли-

МАСТЕРСКИЕ БЕЛЯКОВА
Оптимальное соотношение цены и качества

СПАСИ И СОХРАНИ

Рубрику ведет нижегородский народный целитель Орест Парпалак

В ПЛЕНУ ИЛЛЮЗИЙ

«Была в Минске и купила там вашу газету. Очень понравилось, как Орест отвечает на вопросы читателей.

Решила тоже задать ему вопрос, который мучает меня много лет. Почему люди пьют?! Почему принимают наркотики?! Что заставляет их добровольно предаваться алкогольному безумию, из-за которого страдают и они сами, и их близкие? Как спасти таких людей, если никакие средства не помогают? Уверена, что очень многие женщины, отчаявшиеся спасти своих мужей и сыновей, так же, как и я, думают об этом бессонными ночами».

Алла Ивановна, Белоруссия.

Уважаемая Алла Ивановна!

Очень приятно, что нашу газету читают даже в Белоруссии.

Вопрос, поставленный Вами, сложен, и на него нет простых ответов. Хотя в целом обрисовать причины, по которым люди предаются этим пагубным пристрастиям, можно.

Человек - это сложная биоэнергетическая структура, о чем мы неоднократно говорили. Можно говорить о том, что при рождении нам дается некая индивидуальная энерго-информационная матрица, в развитии и усовершенствовании которой и заключается задача нашего пребывания на Земле.

Любой объект во Вселенной обладает своей частотой энергетических вибраций: чем они выше, тем более высокоразвитым считается объект, тем в большей полноте он способен воспринимать вибрационные частоты окружающего мира.

Как ни странно может показаться, но многие наркоманы и пьяницы обладают высокой энергети-

То же происходит и с теми, кто пристрастился к алкоголю и наркотикам. Их энергетическая структура воспринимает тончайшие и мощные вибрационные потоки Вселенной, но оказывается не готова к адекватному их восприятию.

Духовно развитые люди обращают эти потоки во благо, наполняя сердце частицами Божественной любви, обретая чистое сознание и покой сердца.

Те же, кто старается жить, не задумываясь скользя по поверхности бытия, кто не утруждает себя поисками способов преобразования своей внутренней и духовной жизни, профанирует эти вибрационные потоки, с помощью одурманивающих веществ впадая в суррогатные состояния, которые снимают с них напряжение, вызванное соприкосновением с энергетическим проявлением Абсолюта. Однако вместо вдохновляющих и целительных воздействий космической энергии эти люди получают лишь временную иллюзию таковых.

прочь нацепить на себя серьгу, да еще и не одну. На сохранившихся с античных времен настенных роспи-

переливается большая жемчужина. Доподлинно известно, что прежде чем взяться за полотно, Васнецов изучил историю русского костюма: стало быть, блистать серьгой в ухе - для русских царевичей норма.

Художнику вторит и А. Оленев - автор первого отечественного труда, посвященного костюму: «...ношение в ушах серьги долгое время оставалось в обычае у князей русских».

А вот как византиец Лев Диакон описывает русского князя Святослава: «...все волосы на голове его были выстрижены, кроме одного клока, разделенного на

«Мне уже приходилось упоминать о русском обычае постоянно делать подарки - в некоторых случаях они обязательны. Два бриллианта, подаренные мне княгиней, я буду носить в серьге будущей зимой - по здешней моде ходят с одной сережкой»,

Мода на серьги процветала и среди русских военных - особенно среди гусар. «Собутыльники лихие» обожали носить сережки - как офицеры, так и солдаты. Первым против «пагубного» увлечения восстал генерал Кульнев, командир Павлоградского полка. Он издал приказ, по которому всем подчиненным строго-настрого наказывалось снять ушные драгоценности и сдать начальству, т.е. ему лично. Интересно, что он с ними сделал?..

© «Ступени Оракула».
Рисунок Надежды АСТАШОВОЙ.

МАСТЕРСКИЕ БЕЛЯКОВА
Оптимальное соотношение цены и качества:
ДВЕРИ (теплые, герметичные)
ВОРОТА, РЕШЕТКИ МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ
ГАРАНТИЯ УСТАНОВКА
Покраска антик
Замки, большой ассортимент
Сервисная служба: установка замков, отделка дверей на дому.
Информация о нас по тел. 001.
Н.Новгород, ул. Горького, 152.
Тел.: 10-30-70, 30-28-69,
30-30-30, аб. "Мастерские Белякова".
г.Дзержинск:
ТД "Союз", тел./факс (23) 33-56-58;
ул.Октябрьская, 20 (Центральный рынок),
075, аб. "Мастерские Белякова".
Предъявителю купона - скидка 3%.
СИСТЕМА КАЧЕСТВА
Сертифицировано

Любой объект во Вселенной обладает своей частотой энергетических вибраций: чем они выше, тем более высокоразвитым считается объект, тем в большей полноте он способен воспринимать вибрационные частоты окружающего мира.

Как ни странно может показаться, но многие наркоманы и пьяницы обладают высокой энергетической чувствительностью и способны к восприятию тонких энергетических потоков и состояний.

Однако то, что для человека с развитым сознанием благо, то для того, кто не хочет расстаться с зашоренным сознанием - проблема.

Отличный пловец наслаждается океанской волной, а неумеющий плавать рискует захлебнуться, а то и утонуть.

помощью одурманивающих веществ впадая в суррогатные состояния, которые снимают с них напряжение, вызванное соприкосновением с энергетическим *проявлением Абсолюта. Однако вместо вдохновляющих и целительных воздействий космической энергии эти люди получают лишь временную иллюзию таковых.*

Поэтому и нелегко направить алкоголиков и наркоманов на путь выздоровления, потому что их недуг может быть исцелен только при условии их собственного переосмысления существующей ситуации. Никакие волшебные средства не помогут, если такой больной сам не встанет на путь прежде всего духовного исцеления.

Подготовила Э. ГАРИПОВА.

№3 декабрь 2002 г.
ВАШ талисман
ГАЗЕТА, КОТОРАЯ ПРИНОСИТ УДАЧУ

С 16 ДЕКАБРЯ В ПРОДАЖЕ
№3
газеты «Ваш талисман»

Это — находка для женщин: газета с помощью психологов, астрологов, целителей и других специалистов различных профилей поможет вам стать счастливой.

Вместе с «ВАШИМ ТАЛИСМАНОМ»

ВЫ ПОЛУЧИТЕ:
чудотворную икону Иоанна Крестителя,
которая помогает людям, страдающим болезнями головы (мигрень, черепная травма, потеря памяти, эпилепсия и др. расстройства нервной системы)

ВЫ УЗНАЕТЕ:
- к чему снятся близкие подруги и умершие родственники.
- как получить повышение по службе;
- как уберечься от соперницы;
- почему на елку нужно вешать игрушки, сделанные своими руками;
- какую фигурку из воска сделать своим талисманом на весь будущий год

Убедитесь, что «Ваш талисман» — газета, которая приносит удачу!

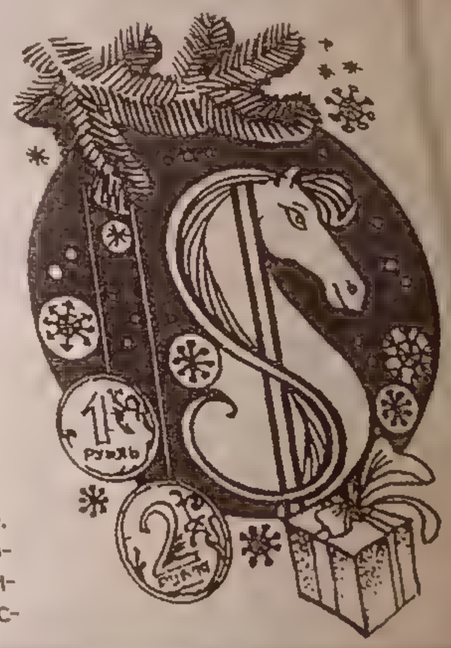
ДЕНЕЖНЫЙ ТАЛИСМАН

Талисман на деньги надо делать обязательно в Рождественский сочельник. Для этого нужно купить новый цветочный горшочек, засыпать его доверху землей. Вокруг горшочка зажгите три большие зеленые свечи. Теперь, водя указательным пальцем по часовой стрелке по краю горшочка, прочтите «Отче наш», а затем трижды произнесите заговор:

Как двенадцать месяцев
звенят,
Так звенели и гремели
кошельки
Раба(ы) Божьего(й) (имя).
Как двенадцать раз петухи
кричат,
Так двенадцать зорь деньги
хранят.
И двенадцать раз про себя
говорят:
Деньги - к деньгам,
кошельки - к кошелькам,
Все мое при мне и все деньги
ко мне.

После этого поставьте горшочек на видное место, там, где собирается вся ваша семья. Свечи пускай горят, пока не сгорят полностью. Очень скоро вы увидите, что ваши материальные дела поправились, а денег в доме прибыло.

Желаем вам в новом году счастья, здоровья, денег, удачи и побольше радостей, улыбок.



Невыдуманные истории

ПЕРЕПЛЁТ

«Я ВАМ ПИШУ...»

ИНОГДА ОНИ ВОЗВРАЩАЮТСЯ...

Уважаемая редакция! Никогда не посылал письма в газеты, а вот вам решил написать. То, что произошло на моих глазах, слишком страшно и необъяснимо, и если я не поделюсь с кем-нибудь, наверное, просто сойду с ума.

Я всю жизнь не верил ни в чудеса, ни в мистику, ни в инопланетян. Знаете ли, я по природе этакий Фома неверующий: если не увижу что-то собственными глазами, ни за что не поверю. А вот несколько месяцев назад произошло нечто, перевернувшее мое представление о нашем мире.

ее жизни, она с него разве что пылинки не сдувала. Мы все умилялись над Ириной, и никто не мог предположить, что эта страсть окончится для нее смертью.

Как-то малыш заболел. Дети часто болеют, в этом нет ничего необычного, но Ирина просто сошла с ума. Она часами просиживала у его кроватки, вздрагивая от каждого кашля. Врача из детской поликлиники она просто замучила. В итоге, чтобы отвязаться от докучливой мамаши, он выписал ей рецепт и велел, если ребенку станет хуже, сходить в аптеку.

В полдень Ирина постучалась ко мне в дверь и попросила присмотреть за ребенком, пока она покупает лекарство. Она была очень взволнована, издергана и обещала вернуться через пару минут, хотя аптека находилась не так уж и близко - на противоположной стороне дороги. Не успел я предложить сходить за лекарством, как Ирина уже мчалась по лестнице. Я пожал плечами, вошел в квартиру и сел у детской кроватки. Прошло пять минут, десять - Ирины все не было. Я уже начал беспокоиться, и, наконец-то, в дверь позвонили. Я открыл ее, ожидая увидеть Ирину, но это была не она, а человек в милицейской форме. Он заговорил, и я почувствовал, как земля уходит у меня из-под ног, а небо падает на голову.

Ирина попала под машину и спать ночами, без конца думая о том, как глупо и нелепо погибла красивая молодая женщина, оставив сиротой ребенка, которого она любила больше всего на свете. Я без конца думал об Ирине, и когда увидел ее, даже не удивился - мне просто показалось, что я начинаю сходить с ума.

Ирина стояла у двери и дергала ручку, стараясь войти. Я открыл дверь и вышел на лестничную площадку. Увидев меня, Ирина бросилась ко мне и стала умолять помочь ей открыть дверь. «Пожалуйста, - просила она. - Там мой ребенок. Ему нужно помочь. Он совсем один. Почему вы не присмотрели за ним, как я просила?». Не говоря ни слова, коснулся ее руки. Она была теплая и влажная. Нет, Ирина не была фантомом; передо мной стояла живая женщина, со слезами в голосе умоляющая меня помочь ее сыну. Я снова тронул ее за руку, и тут моя рука нащупала что-то в Ирининых пальцах. Это была бутылочка с сиропом - та самая, которую она стиснула в руке в свои последние минуты.

Я уже не понимал, что происходит. Я просто открыл Ирине дверь запасными ключами и ушел к себе. Через стену я слышал, как Ирина ходит по квартире и зовет сына. Я закрыл глаза, зажал уши руками и просидел так очень много времени.

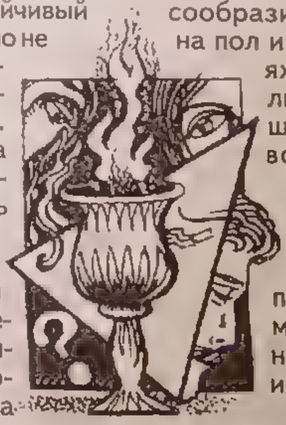
Когда я, наконец, решился заглянуть в квартиру, она была пуста. Я уже начал успокаиваться, уговаривать себя, что все увиденное мною было всего лишь последствиями нервного

ЧТОБ ТЕБЕ ПОДАВИТЬСЯ!

Наверняка, не найти среди нас человека, который бы ни разу в сердцах не призывал на голову своего обидчика громы небесные. Мы посылаем в адрес неприятелей всяческие мыслимые и немыслимые проклятия, мало задумываясь над последствиями наших слов. А ведь желания могут и материализоваться...

Дело было в поезде. В купе нас ехало четверо: мы с другом, молодая женщина и мужчина из тех, кого сейчас принято называть «крутыми». Этот «крутой» с самого начала пути взял на себя роль этакого массовика-затейника и души компании: угощал нас спиртными напитками, травил «бородатые» анекдоты и флиртовал с женщиной. Пока все шло в рамках приличия, мы в его амурные дела не вмешивались.

Но через пару часов «крутой» захмелел, и его ухаживания приобрели чересчур настойчивый характер. Женщина, явно не ожидающая такого поворота событий, попыталась выйти из купе. «Крутой» схватил ее за руку и попытался облапить. Тут уже вмешались мы с другом. Парни мы молодые, не хилые, и связываться с нами обоими «крутой» не решился. Он отпустил женщину, обозвав ее проституткой, и, бормоча себе под нос ругательства в наш адрес, завалился спать на нижнюю полку. Он был сильно пьян и практически тут же захрапел на все купе.



Пока «крутой» дрых, мы с другом успокоили испуганную женщину. Она сначала плакала, но потом отошла и даже развеселилась. Мы сидели за столом, шепотом обсуждали нашего спящего попутчика, смеялись, пили пиво. А потом неожиданно в купе откуда-то залетела муха. Она покружила над столиком, взлетела к потолку и оттуда, как истребитель, спикировала точно на нос «крутого». Видимо, выводимые им рулады муху не испугали, и она поползла по губе к открытому рту спящего. Мы с интересом наблюдали за действиями мухи, и вдруг женщина со злостью в голосе проговорила: «Чтоб ты подавился этой мухой!».

И, словно услышав ее слова, в следующую же секунду муха заползла «крутому» в рот! Храп тут же прекратился, а еще через несколько секунд наш попутчик открыл глаза и, схватившись руками за горло, начал хрипеть и кашлять. Лицо его посинело, зрачки закатились. Прежде чем кто-нибудь из нас успел что-то сообразить, «крутой» рухнул на пол и забился в конвульсиях. Мы с другом пытались ему помочь, женщина побежала за проводником, тот нашел врача - но все было без толку. Через несколько минут здоровенный, как лось, пышущий здоровьем мужик умер, так, наверное, и не поняв, что произошло.

Вот такие дела - все на земле взаимосвязано. Просто так, как говорится, даже шишки с елки не падают. Так что не удивляйтесь, если вчера вы кого-то незаслуженно оскорбили, а сегодня вам на голову упала люстра.

Г.Ф., Московская обл.

планетян. Знаете ли, я по природе этакий Фома неверующий: если не увижу что-то собственными глазами, ни за что не поверю. А вот несколько месяцев назад произошло нечто, перевернувшее мое представление о нашем мире.

По соседству со мной жила молодая женщина по имени Ирина. Мужа у нее не было, и двухгодовалого сынишку она растила одна. Я еще не видел, чтобы мать была так сильно привязана к своему ребенку. Сына она просто обожала: не отходила от него ни на минуту, нехотя давала подержать его на руках даже собственной матери, из-за каждой маленькой царапины устраивала настоящую драму. Ребенок был смыслом

минут, десять - Ирины все не было. Я уже начал беспокоиться, и, наконец-то, в дверь позвонили. Я открыл ее, ожидая увидеть Ирину, но это была не она, а человек в милицейской форме. Он заговорил, и я почувствовал, как земля уходит у меня из-под ног, а небо падает на голову.

Ирина попала под машину и умерла на месте. Очевидцы рассказывали, что она перебегала дорогу, не дожидаясь зеленого сигнала светофора. Сбивший ее водитель ничего не мог сделать. В сжатой руке Ирины так и осталась купленная в аптеке бутылочка с сиропом.

Это был настоящий шок. Я плохо помню, как мы схоронили Ирину, как малыша забрала ее убитая горем мать. Я не мог

себе под нос ругательства в адрес, завалился спать на нижнюю полку. Он был сильно пьян и практически тут же захрапел на все купе.

Пока «крутой» дрых, мы с другом успокоили испуганную женщину. Она сначала плакала, но потом отошла и даже развеселилась. Мы сидели за

так, как говорится, даже шишки с елки не падают. Так что не удивляйтесь, если вчера вы кого-то незаслуженно оскорбили, а сегодня вам на голову упала люстра.

Г.Ф., Московская обл.

заглянуть в квартиру, она была пуста. Я уже начал успокаиваться, уговаривать себя, что все увиденное мною было всего лишь последствиями нервного напряжения, но тут все придуманное мною мгновенно вылетело у меня из головы.

На столике, рядом с опустевшей детской кроваткой, одиноко стояла маленькая бутылочка с детским сиропом.

Евгений СИТИН, Н.Новгород.

УЙМИСЬ, БАРАБАШКА!

Здравствуйте, дорогая редакция. Моя знакомая - экстрасенс Татьяна Петровна - за свою жизнь повидала много небывальщины. Одну из произошедших с ней историй я хочу рассказать вам.

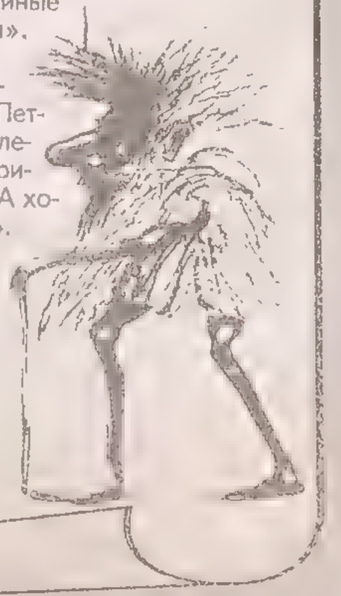
Вечером Татьяна Петровна, как обычно, укачала внучку Яночку и накормила ее детским питанием. На ночь бутылочки и подогреватель перекочевали на шкаф - подальше от проказливой домашней собачки. Утром Татьяна Петровна подошла к малышке, намереваясь вновь накормить ее... и застыла от неожиданности. Внучка мирно спала в кроватке, а рядом с ней лежала опустошенная за ночь бутылочка из-под смеси.

Днем Татьяна Петровна спросила у дочери и ее мужа, не они ли накормили ночью Яночку. Нет, ночью все спали. Да и потревожили бы чуткий сон Татьяны Петровны чужие шаги. Происшествие осталось нераскрытым, на нем до поры до времени поставили знак вопроса.

Но, как позже выяснилось, этот случай не был единственным в череде чудес. Как-то родители Яночки улеглись спать, поставив питание все на тот же шкаф. Не успели задремать - бутылочки с молоком и детской смесью полетели в кроватку к малышке.

Тут Татьяна Петровна поня-

ла с кем они имеют дело. По ее мнению, мир вокруг нас населен не только живыми, реально существующими людьми, но и душами нерожденных, абортируемых детей. Вот они-то и проказничают в домах, и люди называют эти беспокойные сущности «барабашками». Эти барабашки могут изрядно насолить, если как следует их не припугнуть. Татьяне Петровне как раз это было по плечу. «Убирайтесь отсюда, - пригрозила она барабашкам. - А хотите остаться - не мешайте!».



С тех пор в семье Татьяны Петровны воцарилось спокойствие: бутылочки и тарелки с питанием прекратили летать. Оказывается, можно и на барабашек управу найти!

Татьяна ГЛЯШОВА, Смоленская обл.

НЕ ТРЕВОЖЬТЕ ПОКОЙ УШЕДШИХ

Здравствуйте, уважаемые «Приключения. Тайны. Чудеса». Недавно мы с мужем купили дом. Его былые хозяева, весьма состоятельные люди, продали нам его почти за бесценок. Они объяснили, что здесь полгода назад погиб их маленький сын, и с этим домом у них связаны печальные воспоминания, так что они рады от него избавиться. Мы считали, что нам сказочно повезло: за смешные деньги мы стали обладателями двухэтажного особнячка с подземным гаражом, сауной и даже маленьким бассейном в подвале.

Мы прожили в новом доме несколько месяцев, но до бассейна как-то руки не доходили. Наконец, муж наполнил его свежей водой, и я решила искупаться. Бассейн был небольшим, но очень глубоким, и я просто легла на воду на середине бассейна и закрыла глаза. Я пролежала минут пять, и вдруг моих ноздрей коснулся очень странный запах - мерзкий и гнилостный, похожий на запах тухлых яиц. Я открыла глаза. Запах все усиливался, словно его источник приближался ко мне. Я подплыла к бортику и уже хотела вылезти, как вдруг что-то схватило меня за ногу и попыталось затащить в бассейн.

Я закричала, но от неожиданности разжала руки и с головой погрузилась в теплую воду. Я пыталась

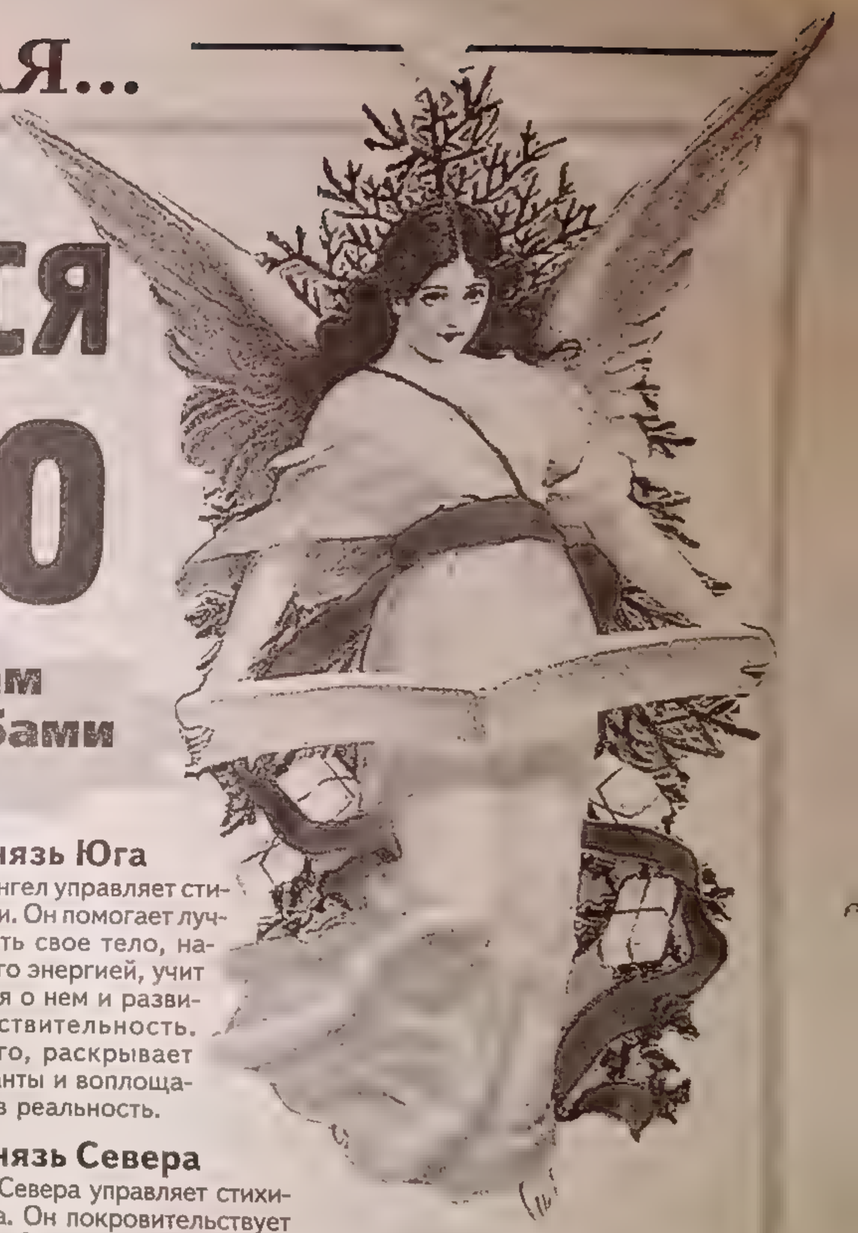
выплыть, но что-то невидимое и невероятно сильное тащило меня на дно. От страха я нахлебалась воды, отдающей каким-то гнилым душком. Я уже отчаялась выплыть, когда почувствовала, как кто-то тянет меня наверх.

Меня спас муж. Он услышал, как я закричала, и бросился в подвал. Приди он позже - я бы захлебнулась.

Мы решили больше не заполнять бассейн водой, и вдруг мне пришла в голову страшная мысль: а не в бассейне ли умер сын прежних хозяев? Я навела справки и убедилась в своей правоте. Наконец, один из тех, с кем я разговаривала, рассказал мне одну историю. Якобы, когда копали этот бассейн, рабочие вырыли чей-то скелет. Они посоветовали хозяину закопать бассейн, но тот велел выбросить кости и продолжить строительство. Наконец, бассейн был готов, и на следующий же день сын хозяев, отличный пловец, утонул в нем. Видимо, душа похороненного там когда-то человека мстит за то, что его могилу потревожили.

Галина ВОРОНЦОВА, Нижегородская обл.

АНГЕЛЫ являются под РОЖДЕСТВО



СТАРИННОЕ ПОВЕРЬЕ

Это старинное поверье. Ведь именно под Рождество наши души открыты свету и добру более всего.

Но лицезреть ангелов позволено лишь истинным праведникам, коих среди нас, увы, немного. Зато все мы можем общаться с нашим ангелом-хранителем, обращаться к нему за советом и помощью в различных жизненных ситуациях. И не только в канун Рождества, но и круглый год. Наладить контакт с ангелом вам поможет гадание на особых «ангельских» картах.

Для того чтобы изготовить колоду «ангельских» карт, вырежьте каждое изображение и наклейте на плотный лист бумаги. Теперь установите с картами энергетическую связь: заверните колоду в шелковую материю или положите ее в коробку. Помните, что карты следует хранить неподалеку от того места, где вы спите или медитируете. Перед началом сеанса зажгите свечу и благовония, помедитируйте под приятную, негромкую музыку. Ангелы обитают в прекрасной атмосфере любви и гармонии, и вам будет гораздо проще вступить с ними в контакт, если ваше состояние будет умиротворенным.

Картам можно задавать любые вопросы. Расшифровывая значение карты, доверьтесь интуиции. Если вдруг вы не получили ясного ответа, сделайте небольшой перерыв и сформулируйте вопрос точнее. Попросите ангелов понятнее растолковать ответ. Иногда понимание приходит со временем. Заведите специальную тетрадь для записей предсказаний, чтобы спустя день или два вернуться к толкованию «непонятных» карт.

Помолитесь Князю Востока, и вы почувствуете, что в вашей «растрепанной» душе наступила гармония.

Расклад

Мы приводим два способа расклада. Если вам нужен быстрый ответ «по существу», перетасуйте колоду, трижды снимите карты левой рукой по направлению к себе и вытащите наугад карту из колоды. Чем яснее вы представили себе свою проблему, тем точнее будет ответ.

Второй расклад - инь-ян - указывает на помощь или негативное влияние извне. Перемешайте карты и трижды снимите их левой рукой. Затем достаньте из колоды карту. Она символизирует инь - негативную сторону вопроса. Положите эту карту слева. Теперь вытащите из колоды вторую карту - ян. Она поведает о позитивной стороне ситуации. Карту положите справа.

Итак, к каким ангелам с какими просьбами обращаться?

К каким ангелам и с какими просьбами обращаться?

Князь Юга

Этот ангел управляет стихией земли. Он помогает лучше ощутить свое тело, наполняет его энергией, учит заботиться о нем и развивать чувствительность. Более того, раскрывает наши таланты и воплощает мечты в реальность.

Князь Севера

Князь Севера управляет стихией воздуха. Он покровительствует мышлению. С его подсказкой вы яснее и четче сформулируете любую мысль, которая носит жизнеутверждающий характер. Кроме того, Князь Севера поможет развить индивидуальность, обрести свободу личности, выстроить разумный план жизни и сэкономить энергию.

Князь Востока

Ему подчиняется водная стихия. В то же время он покровительствует чувствам. Помолитесь ему, и вы почувствуете, что в вашей «растрепанной» душе наступила гармония, а негативные ощущения преобразованы в безграничную творческую энергию.

Князь Запада

Ангелу Запада подчиняется стихия огня. Под его контролем находится интуиция. Ангел позволяет проникнуть в глубину нашего подсознания и понять истинную природу людей и ситуаций. Князь Запада владеет информацией, полезной для духовного роста и развития.

Ангел-хранитель Детства

Он покровительствует всему новому в жизни, помогает матерям и младенцам во время родов, оберегает души новорожденных

далеку от того места, где вы спи-

клада. Если вам нужен быстрый ответ «по существу», перетасуйте

Итак, к каким ангелам с какими просьбами обращаться?

Ему подчиняется водная стихия. В то же время он покрови-

Князь Юга

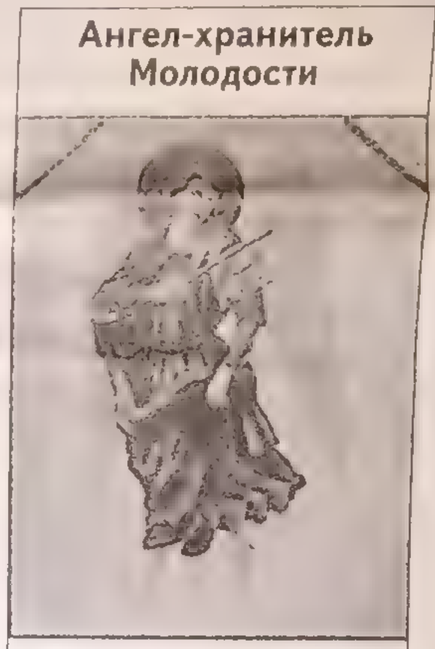
Я избавляюсь от всякой боли и напряжения, плавая в море божественной любви

Князь Востока

Я очищаю мой разум, наполняя его искренностью моей любви

Ангел-хранитель Детства

Я почитаю своего бесценного внутреннего ребенка. Я защищаю и взращиваю все новое



Ангел-хранитель Молодости

Выбирая свой путь в жизни, я нахожусь в безопасности и окружен заботой

Князь Севера

Я принимаю мою уникальность с радостью и благодарностью

Князь Запада

Я создаю реальность вокруг себя, думая об искренней любви и доброте

Ангел-хранитель Юности

Я делюсь моей бодростью и чувством юмора. Я почитаю вечную юность моего духа

Ангел-хранитель Зрелости

Моя сила растет по мере того, как растет моя ответственность

ется интуиция. Ангел позволяет проникнуть в глубину нашего подсознания и понять истинную природу людей и ситуаций. Князь Запада владеет информацией, полезной для духовного роста и развития.

Ангел-хранитель Детства

Он покровительствует всему *новому в жизни, помогает матерям и младенцам во время родов, ухаживает за душами новорожденных и воспитывает их. Кроме того, он способствует новым начинаниям или недавно возникшим отношениям, исцеляет душевную боль, избавляет от тяжелых воспоминаний.*

Ангел-хранитель Юности

Он поддерживает молодость нашего духа, делает нас веселыми и любящими. Под покровительством ангела находятся не только молодые люди, но и все, что является юным в каждом из нас, независимо от возраста. Обращаясь к нему, вы можете попросить энергию юности, жизнерадостность, энтузиазм, силу духа и творческий подъем.

Ангел-хранитель Молодости

С его помощью вы обретете стабильность в жизни и научитесь находить баланс между работой и развлечениями. Ангел поможет вашим талантам проявиться ярче, подскажет вам, как не ошибиться в выборе спутника жизни.

Ангел-хранитель Зрелости

Он помогает осознать те перемены, которые со временем происходят в человеке, и напоминает, что и в преклонные годы жизнь полна радости и мудрости. Вы можете обращаться к нему, когда вам требуется принять важное решение, предполагающее ответственность не только за вашу судьбу, но и за судьбы всех тех, о ком вы заботитесь: детей, родителей, коллег и друзей.

Анна СЛОБОДОВА.

© «Оракул».

Счастливого Рождества!

Север-ное дом.жи-вотное

Отпечаток на снегу

Зимний месяц

Часть света

Ледяной массив

Мех.обувь у народов Севера

Театральный художник

Горячий напиток

Шерстян. ткань

Кладет под елку Дед Мороз

Марка авто

Север

Рай

Рус. поэт

Еда к пиву

Плотность

Кинопремия

Пропуск на карнавал

Возвышение в храме

Богиня хеттов

Мех. шарф

Мера площади

Колье

Личное название человека

Имя Монтана

Шест из дуба

Украшение на елку

Двигатель

Стиль музыки

Кондит. изделие

Составила О. ШИГАНОВА

ВЫХОД В СВЕТ

СОН В НОВОГОДНЮЮ НОЧЬ И РОЖДЕСТВО

Чтобы сон оказался вещим,

ВЫХОД В СВЕТ

"МОРФЕЙ" - ЯНВАРЬ

(Сны, гадания, приметы)

15 января начинает [illegible]
выпуска газеты "[illegible]"

«ВЕЩИ МИРНЫЕ И ЗЛОВЕЩИЕ» - покупая обновку, непременно скажите: «Да будет мне эта вещь во спасение». А что еще?

«ВАША ЗАЩИТА НА СОН ГРЯДУЩИЙ» - любому из нас поможет молитва, кошка и морская раковина. Каким образом?

«ДЯДЮШКА ДОМОВОЙ» - 10 февраля его именины. Как общаться с добрым духом дома?

«МЕТЛОЙ И ТРЯПКОЙ» - поставьте метлу с крестиком за дверь - и в ваш дом не войдет ни вор, ни враг...

«Я СДЕЛАЛА АБОРТ» - сновед «Морфея» разгадывает ваши сны.

ГАДАНИЕ НА СВЯТКИ: на снах, зеркалах, воске, пепле, записках...

СОН В НОВОГОДНЮЮ НОЧЬ И РОЖДЕСТВО

Чтобы сон оказался вещим, постарайтесь внушить подсознанию образы, которые в науке о сновидениях символизируют благополучие.

Пусть они послужат магнитом, притягивающим счастье! Ну а если запрограммировать сновидение не удастся, хотя бы запомните, что вам приснилось в новогоднюю ночь. При этом имейте в виду...

Вспомнить все

Во сне под Новый год и Рождество можно вспомнить что-то нужное или найти потерянную вещь. Считалось, что для этого надо было поставить под кровать стакан, в котором зубами вверх стояли две вилки. И тогда во сне к загадывающему приходила подсказка.

К богатству

К богатству снится, что вы получаете в подарок прекрасные духи или мажете себе голову бальзамом. Если во сне человек увеличился в весе, у него огромные бедра и плечи и лохматые длинные волосы - это означает не только богатство, но и прибыль. На прибыль указывают и бегущий олень, заяц или лошадь. Огромный дуб с листвой и корнями, оливковое дерево означают получение денег и славы.

Если вы забираетесь на какое-либо дерево, значение у сна не меняется. На неожиданно обрушившиеся славу и богатство может указывать и лавровое дерево. Срывать с яблони и есть яблоки означает удовольствия и удачно проведенные праздники. Вообще сон с ягодами и фруктами, которые соответствуют сезону, предвещает удачу. Так, например, есть апельсины зимой - к веселью, а клубнику - к нечаянным уколам со стороны друзей.

Кафе «Нижегородское»
Новогодняя ночь - 2000 руб.
Шоу-программа "Карнавальная ночь".
Главный приз - ночь в номере!
Ул. Заломова, 2
(г-ца "Нижегородская")
Тел. 30-66-30.

К радости

Небо, усыпанное разноцветными звездами, планетами, даже и неизвестными, означает радость. Орел, лебедь или коршун, парящие в небе, предвещают повышение, особенно для военных.

Видеть, что дали надел земли, на котором растет просо или другое семя, так же, как пахать и сеять зерно; собирать рожь, пшеницу и есть белый хлеб; покупать или носить одежду намного дороже той, которую вы можете позволить себе в реальной жизни, - это все «хорошие», «богатые» сны.

К свадьбе

«Свадебными» считаются и те сны, в которых вы видите радугу, продаете шерсть, дрова или разную мелочь, а также рисуете.

К переменам и новостям

Тысячелистник, ореховое дерево, летящая птица, скачущая лошадь, играющая рыба, несущееся облако, текущая река, слегка волнующееся море.

Счастливых вам снов!

Главный редактор В.И. УРУСОВА
т. 32-78-13

Учредитель: Издательский Дом "Нижегородская пресса"
Генеральный директор Г.В. Гундарин
т. 32-78-14

Адрес редакции и учредителя:
603126, Н.Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1

РЕКЛАМНОЕ АГЕНТСТВО
603126, Н.Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1
Директор, зам.директора: тел 34-88-20
Менеджеры, тел. 34-82-54
Региональная группа, тел./факс 34-88-22
E-mail:reclama@idnp.ru
Материалы, помеченные знаком *, размещены на правах рекламы.

Служба распространения и доставки
тел.: 34-82-57, 34-91-15, 34-91-16 E-mail: dostavka@idnp.ru
Подписной индекс 40853
Распространение в Республике Беларусь - ИООО "Арго-НН"
Адрес: 220050, г. Минск, ул. Володарского, 16, офис 408. Тел/факс 227-74-10
E-mail:idnp@idnp.ru

Газета зарегистрирована Министерством РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Рег. свидетельство ПИ №77-7939 от 07.05.2001.
Подписано к печати 19.12.2002 в 16 часов по графику - в 16 часов
Типография ЗАО "ОГФ Н Н", 603600, Н.Новгород, ул. Литвинова, 7а
Тираж 60 173 экз. Заказ № 5526. Цена в розницу договорная

Газета распространяется в городах: Абакан, Архангельск, Балаково, Барнаул, Белгород, Братск, Брянск, Волгоград, Волгодонск, Вологда, Иваново, Ижевск, Йошкар-Ола, Калининград, Киров, Курган, Мурманск, Нальчик, Нарьян-Мар, Новгород, Нижний Тагил, Оренбург, Орел, Петрозаводск, Пермь, Псков, Пятигорск, Ростов-на-Дону, Рязань, Саратов, Северодвинск, Ставрополь, Сургут, Тамбов, Чебоксары, Новочебоксарск, Владимир, Ухта, Чита, Элиста, Ярославль.

В нижегородском остроге давно уже нет узников. Но вплоть до середины XIX века по городу ходили разговоры о привидении в кандалах, которое время от времени появлялось не только в казематах, но даже в караульном помещении, карцерах и башнях. Считалось, что этот человек был несправедливо осужден и умер в страшных мучениях от какой-то неизвестной болезни. Подумали, что это чума или холера, и тело его сожгли прямо в тюремном дворе. Только после того, как с восточной стороны главного корпуса по проекту архитектора А.Е.Турмышева была пристроена церковь, и священник прочитал молитву за упокой души бедняги, привидение исчезло.

У церкви Иоанна Предтечи раньше замечали закутанную в красный балахон странную фигуру. Мужчина медленно огибал площадь, словно проплывая над ней и низко кланяясь при этом, словно вымаливал у кого-то прощение. Согласно легенде то был дух городского палача, который появлялся на месте, где проводились порки, казни, клеймение преступников и другие экзекуции.

Этого человека ненавидели все, считали отверженным. Жил он в избушке, которую в свободные от его работы дни запирали на большой амбарный замок, а у двери выставляли караульного. А пошел он на эту службу по собственному желанию и очень усердствовал: вздергивал пытаемого на дыбу, прижигал раскаленным прутом, раздроблял пальцы рук и ног тисками.

Однажды (опять-таки согласно преданию) палача нашли повесившимся. Он сам, как Иуда, наложил на себя руки. Хоронить его на кладбище христианская религия не позволяла, и тело заплечных дел мастера бросили в ров. Вот с тех самых пор и бродил он, превратившись в призрак, не [illegible] прощения. [illegible] в 1937 [illegible]

Здания, где обитают призраки, находятся в геопатогенных зонах.

Башкировы имели два дома и жили там до Октябрьской революции, но почему-то один из домов им не очень нравился. Они хотели его продать. Почему? Уж не привидения ли мешали?

Потом хозяева здания часто менялись. Размещали здесь так называемый "Кожтрест", потом дом стал коммуналкой. Все пришло в упадок. Разве что только в подвале располагается оптовая база одноразовой посуды.

Узнав обо всем этом, ребята проникли в дом. Было темно и страшно. Фонарик выхватывал из мглы ободранную штукатурку, груды мусора. Но Саша выключил его, поскольку заметил что-то необычное. На мальчишек наплывала зеленоватая фигура - какое-то светящееся облако, напоминающее человека...

Дима не мог сдвинуться с места и зачарованно смотрел на это видение. Саша было побежал, но потом остановился. Светящаяся фигура растаяла в темноте. А тепловой датчик, который раздобыли охотники за привидениями, показал небольшое снижение температуры. Как утверждают уфологи, это свидетельствует о том, что в помещении присутствует некое электронное облако, черпающее энергию из воздуха, а возможно, подпитывается ею и от человека.

Галлюцинации или...

Ответ на вопрос, наблюдали ли они привидение, или же это был обман зрения, Дима и Саша не получили. Но их эксперименты с компьютером приобрели осмысленность. Стоило подключить температурный датчик к компьютеру в дни повышенной геомагнитной активности, как он стал регистрировать понижение температуры в комнате. Что это? Чье-то присутствие? Если при этом притронуться к датчику рукой, то человек с завязанными глазами начинает видеть какие-то смутные фигуры. Не только человеческие, но и фигуры

НЕБЕСНЫЕ СЕРАФИМЫ

ХРАНИМЫЙ АНГЕЛАМИ

Трасса А-96 - одна из самых оживленных в США.

Идущая через всю Калифорнию, эта дорога перегружена практически круглые сутки, тем более в середине дня, когда по ней совершают свои маршруты продуктовые трейлеры. Водителем именно такого трейлера с холодильной установкой, перевозящего мясо, и был двадцативосьмилетний Джимми Смитсон.

К тому моменту, как произошло несчастье, он находился за рулем своего трейлера уже около трех с половиной часов. До места назначения оставалось чуть менее часа пути, на трассе обстановка была самой обычной, ничто не вызывало тревоги и не предвещало беды.

Никто из присутствующих при ДТП не засек момента появления на ней мчавшегося на скорости около 90 км грузовика, выписывающего "восьмерки". Как выяснилось позже, у грузовика отказали тормоза, а боковая дорога по отношению к трассе шла под уклон. Джимми заметил сошедшую с тормозов машину слишком поздно.

Далее рассказывает один из свидетелей - Том Гросс, бизнесмен:

- Грузовик на полной скорости врезался в водительскую дверцу трейлера, мгновенно превратив кабину в сплющенную груду металла. Огромный трейлер медленно, со страшным грохотом повалился в кювет, увлекая за собой остатки кабины и - в этом не могло быть никаких сомнений - труп несчастного водителя. И вдруг... Почти сорок человек видели это: в воздухе, над грудой развороченного металла, в которую превратилась кабина трейле-

единственной версией, объясняющей случившееся. Версией, в которую без всяких сомнений поверит любой религиозный человек - к какому бы вероучению или конфессии он ни принадлежал. Потому что учение об ангелах есть не только в христианстве, но буквально во всех религиях мира.

Вполне можно сказать, что с каким-то знанием о них родится на свет каж-

Любой человек находится под защитой невидимых светлых сил. Но как их "увидеть"?

дый человек. Со словом "ангел" связаны у каждого из нас представления о немыслимой чистоте, способности к любви - прежде всего к Богу и к нам, людям.

В трудах Григория Богослова и Амвросия Медиоланского мы находим следующие сведения об ангелах. Как бесплотные духи, они не знают таких понятий, как пространство и время, им неведомы те усилия, которые мы прикладываем к

ет его сам Бог через ветхозаветного Иова со звездами, звездным небом. И мир этот организован не менее гармонично, выверен не менее строго, чем видимая Вселенная.

По учению апостола Павла и его ученика Дионисия Ареопагита (кн. "О Небесной иерархии") ангельский мир предстает в таком виде: первый лик включает в себя три чина - серафимы, херувимы и престолы. Второй лик - господства, силы и власти. Третий лик - начала, архангелы и ангелы (включая ангелов-хранителей). Из всех небесных чинов ближе всех к Богу серафимы, полнее всех живых существ ощущающие Бога как совершенную Любовь. Постоянно пронизанные пламенем этой Любви, они и название своего чина получили по этой причине: это слово означает "пламенный", "огненный". Именно серафимы воспламеняют души огнем высокой, Божественной любви, вдохновляя гениев "глаголом жечь сердца людей".

Можно ли распознать присутствие ангела-хранителя? Узнать, когда он близко, а когда далеко? Да - по внутреннему настроению своей души. Состояние внутреннего мира, покоя и смирения - ясный признак того, что твой ангел-хранитель рядом. Точно так же буря страстей, метания души - свидетельство обратного. И конечно же именно ангел-хранитель отводит от

...палача нашли повешившимся. Он сам, как Иуда, на... Хоронить его на кладбище христианская религия не позволяла, и тело заплечных дел мастера бросили в ров.

Вот с тех самых пор и бродил он, превратившись в призрак, не находя прощения. И лишь в 1937 году, когда церковь Иоанна Предтечи была осквернена, когда изуродовали ее фасад, а часовню превратили в общественный туалет, призрак палача неожиданно сгинул.

Здания, где обитают призраки, находятся в геопатогенных зонах.

Надо сказать, что привидения часто появляются в местах заключения. Их едва ли не сотни в знаменитом лондонском Тауэре, в Освенциме, Бухенвальде, в местах, где содержались репрессированные Сталиным. Особенно на Соловках и Колыме. Здесь часто слышатся стоны, плачи, людей охватывает ужас. Уфологи объясняют это тем, что против невинных узников были сфабрикованы ложные обвинения, и они нашли свою смерть в каменных казематах или за колючей проволокой лагерей. А души их никак не найдут успокоения.

Охотники за привидениями

Десятиклассник Саша и девятиклассник Дима, насмотревшись фильмов об охотниках за привидениями, тоже решили изловить хотя бы парочку.

- У нас старых домов, наверное, почти столько же, сколько в Москве или в Питере, - заметил как-то Саша. - Некоторые стоят с заколоченными дверями и окнами. Надо их обследовать повнимательнее. Наверняка там что-нибудь да есть.

Прочитав про купца Башкирова, одного из основателей нынешнего речного училища, Саша и Дима заинтересовались его усадьбой на Большой Печерской. Там, по свидетельству современников купца, во дворе был устроен фонтан, росло много плодовых деревьев, стояли скульптуры.

...ратурный датчик к компьютеру в дни повышенной геомагнитной активности, как он стал регистрировать понижение температуры в комнате. Что это? Чье-то присутствие? Если при этом притронуться к датчику рукой, то человек с завязанными глазами начинает видеть какие-то смутные фигуры. Не только человеческие, но и фигуры чудищ, какими их изображают в детских сказках.

Как считает кандидат биологических наук Лидия Макарова, существование легенд о привидениях на протяжении многих столетий может объясняться вполне прозаически: здания, где якобы обитают призраки, находятся в геопатогенных зонах. Это зоны разломов земной коры, пересечения подземных водных потоков, залегания мощных геологических пластов. То есть возникают вредные излучения, воздействующие негативным образом на мозг человека.

- Но есть и привидения рукотворные,- говорит Лидия Ивановна.- Однажды я столкнулась с таким случаем. В одном из районов области хозяин, которому построила дом бригада заезжих шабашников, стал жаловаться, что кто-то по ночам завывает. Осмотрел все, но никакой живности не обнаружил. А это была "невинная" проделка строителей. Так как заказчик замучил их бесконечными придирками и "ценными указаниями", да еще и не заплатил так, как договаривались, они ему отомстили. Сделали своего рода пару миниатюрных аэродинамических труб - маленькие ниши под окнами. Ветер, попадая в них, издавал пугающие звуки, похожие на завывание какого-то зверя.

А вообще, по мнению Лидии Макаровой, если существуют привидения, то бояться их не стоит. Кровь они не пьют, ножами не режут. Просто не найдут места ни в нашем, ни в загробном мирах.

Сергей СТЕПАНОВ.
"Приключения. Тайны. Чудеса".

...мен:

- Грузовик на полной скорости врезался в водительскую дверцу трейлера, мгновенно превратив кабину в сплющенную груду металла. Огромный трейлер медленно, со страшным грохотом повалился в кювет, увлекая за собой остатки кабины и - в этом не могло быть никаких сомнений - труп несчастного водителя. И вдруг... Почти сорок человек видели это: в воздухе, над грудой развороченного металла, в которую превратилась кабина трейлера, висел человек... Затем на наших глазах он плавно опустился на трассу перед капотом моей машины. Это был живой и абсолютно невредимый водитель трейлера, который тут же упал на колени с криком: "Ангелы... Меня спасли ангелы!.." И разрыдался как дитя...

Слова Джимми и свидетельства очевидцев так и остались

...дый человек. Со словом "ангел" связаны у каждого из нас представления о немыслимой чистоте, способности к любви - прежде всего к Богу и к нам, людям.

В трудах Григория Богослова и Амвросия Медиоланского мы находим следующие сведения об ангелах. Как бесплотные духи, они не знают таких понятий, как пространство и время, им неведомы те усилия, которые мы прикладываем к передвижению, поскольку в пространстве они перемещаются со скоростью мгновенной, не зная ни стен, ни дверей, ни запоров. И не только сами: если ангел приблизится с этой целью к человеку, под покровом его крыльев и для человека пространство перестает на какое-то мгновение существовать.

Следующие сведения об ангелах, которые дает исключительно христианство, касаются, во-первых, их числа, во-вторых - самой структуры ангельского мира. Сам Иисус Христос говорит апостолу Петру о том, что ангелов не просто много - их легионы, десятки легионов. То есть ангельский мир - необъятен, поэтому и сравнива-

...фимы воспламеняют души огнем высокой, Божественной любви, вдохновляя гениев "глаголом жечь сердца людей".

Можно ли распознать присутствие ангела-хранителя? Узнать, когда он близко, а когда далеко? Да - по внутреннему настроению своей души. Состояние внутреннего мира, покоя и смирения - ясный признак того, что твой ангел-хранитель рядом. Точно так же бури страстей, метания души - свидетельство обратного. И конечно же, именно ангел-хранитель отводит от нас множество бед, о которых мы даже не подозреваем. Именно поэтому на попадающих в катастрофу поездах, например, как свидетельствует статистика, всегда менее обычного пассажиров и больше всего возвращенных билетов - даже в разгар отпусков.

Внезапно передумывают те люди, до которых сумел "достучаться" их ангел-хранитель, люди, чья душа способна услышать его встревоженный голос. И конечно же, чудом следует считать случай, который был описан вначале, когда ангелами был буквально выхвачен из-за руля и перенесен в безопасное место, видимо, действительно совсем неплохой парень Джимми Смитсон.

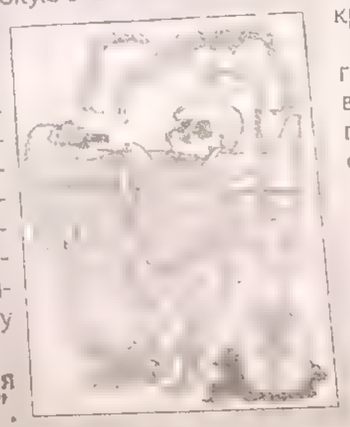
Мария ВЕТРОВА.
© "Тайная власть".

МУМИИ ВХОДЯТ В МОДУ

В США в последнее время вместо кремации входит в моду древнейший способ погребения - мумификация. Там работают уже больше десятка фирм, которые предлагают "обслуживание" усопших, достойное фараонов, с применением самой совершенной технологии.

Тело умершего обрабатывают ароматными маслами и смолами, а сердце и другие органы изымают и погружают в консервант, после чего возвращают на место. Спустя некоторое время, когда мумия примет окончательную форму, ее туго обматывают льняными бинтами. После этого мумию помещают в саркофаг, который оформляется по вкусу заказчика еще при его жизни.

Несмотря на высокую стоимость новой погребальной услуги, за мумифицированием уже стоит внушительная очередь потенциальных покойников из числа известных артистов, финансистов, президентов крупных компаний и просто тех, у кого есть деньги.



© "Незримая сила".

ПРИЗРАКИ - СПОРТСМЕНЫ

Директор автотрека в американском штате Миннесота Крис Тахти заметил это явление еще в 1989 году во время автомобильных гонок. Он стоял неподалеку от гоночной трассы, когда на крыше центральной трибуны появился человек невысокого роста, в рваном гоночном комбинезоне и бейсбольной кепке.

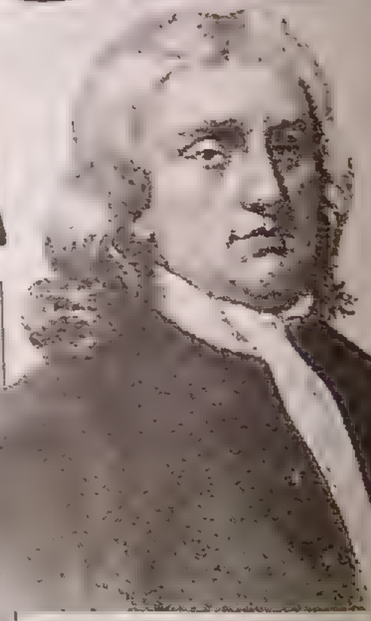
Единственная ведущая наверх лестница была тут же заблокирована, и трое вооруженных полицейских поднялись на крышу. Но там никого не обнаружили.

С тех пор таинственный человек появлялся на крыше много раз. Тогда Тахти собрал своих сотрудников. Все пришли к выводу, что на автотреке появляется призрак гонщика, погибшего на соревнованиях в 1986 году от сердечного приступа, когда его автомобиль уже пересек финишную черту.

А вот владелец центра по подготовке профессиональных боксеров в Нью-Йорке Джим Глэнси стал слышать в зале по ночам загадочные удары. Всякий раз, когда Глэнси поднимался в зал, он видел лишь пустое полутемное помещение, в дальнем углу которого мерно покачивалась боксерская груша. Ни одной души в зале не было.

Глэнси выяснил: семь лет здесь боксировал Клайд Маджет, который трагически погиб.

МРАЧНОЕ ПРОРОЧЕСТВО НЬЮТОНА



ВЕЛИКИЙ АНГЛИЙСКИЙ УЧЕНЫЙ ПРЕДСКАЗАЛ КОНЕЦ

ГЕНИИ НЕ ОШИБАЮТСЯ?

Различные предсказания о грядущем апокалипсисе появлялись во все времена.

Многие серьезные ученые и простые деревенские гадалки называли приблизительные даты и точные числа, но пока наша планета цела и невредима, и представить, что всего через 57 лет, в 2060 году, жизнь на Земле закончится, просто невозможно.

Но именно к такому выводу пришел отец классической физики, открывший закон всемирного тяготения Исаак Ньютон, и об этом решили поведать миру создатели новой документальной ленты Би-би-си "Ньютон: мрачный еретик".

Страшной дате будут предшествовать разрушительные войны...

Ньютон разработал дифференциальное и интегральное исчисление, сформулировал основные законы классической и небесной механики, построил первый зеркальный телескоп, но главное - был смелым и прозорливым мыслителем, и пока большинство его предсказаний жизнь подтверждала. Но мало кто знает, что помимо физики Ньютон страстно увлекался изучением Библии.

Свои вычисления он основывал на сложной обработке каждого слова из ветхозаветной книги пророка Даниила и мечтал создать такую систему, которая позволяла бы толковать ее с целью предсказания будущего. Ньютон работал над созданием временного графика предсказаний Даниила.

Он был уверен, что Библия представляет собой дописьменную историю мира и его призвание - расшифровать ее. В целом он написал на тему Библии более 1,3 млн. слов, или 4,5 тыс. страниц, но они не были изучены со времени его смерти в 1727 году. В 30-е годы прошлого века бумаги были куплены на аукционе "Сотбис" ученым из Египта Абрахамом Яхудой, а затем попали в Еврейскую национальную библиотеку в Иерусалиме. Там в течение десяти лет группа исследователей тщательно и кропотливо разбирала "бумажное" наследие Ньютона.

По мнению ученых, в труде Ньютона много мистики и загадочных изречений, что совсем не характерно для служителя точных наук. Так что же предрекает Исаак Ньютон всем нам? Последние дни человечества английский физик видит в мрачном свете. Страшной дате будут предшествовать разрушительные войны и глобальные эпидемии неизученных болезней. Потом на землю спустится мессия, который будет в одиночку управлять планетой (а значит, кто-то выживет после всех катастроф?) в течение следующей тысячи лет.

По мнению известного всему миру Нострадамуса, конец света должен был произойти примерно 500 лет назад. Модельер Пако Рабанн предрекал гибель человечества в 2000 году. Пока пророчества не сбылись. Хотелось бы верить, что и великий английский физик Исаак Ньютон тоже ошибался.

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

ЯБЛОКО ВТОРОЙ РАЗ

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

ЯБЛОКО ВТОРОЙ РАЗ УПАЛО ЕМУ НА ГОЛОВУ

Лидия КОЖИНА, заместитель директора Политехнического музея, кандидат технических наук:

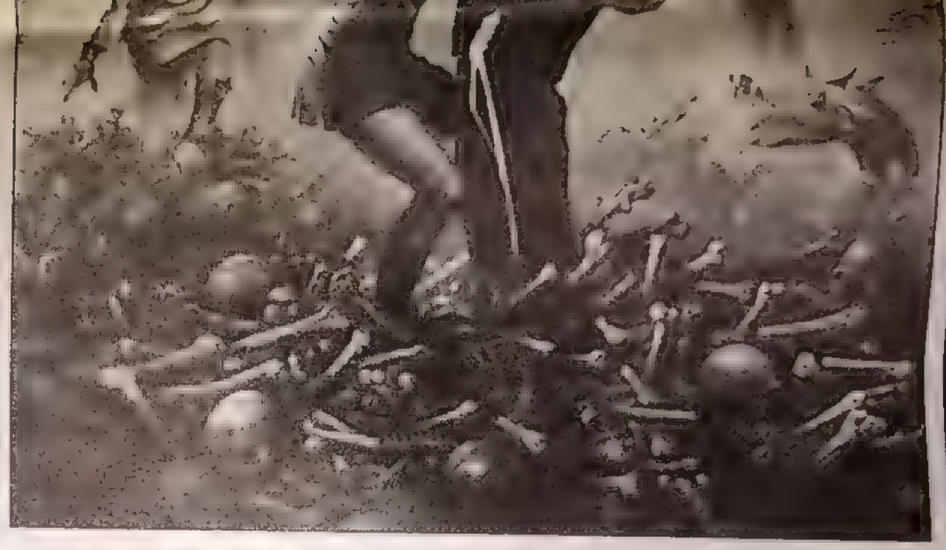
- О том, что Ньютон серьезно увлекался Библией, известно достаточно давно. Для историков науки никакого открытия в этом нет. Мистическую страсть великого ученого понять несложно: на дворе был XVII век. Английский физик считал, что Бог проявляет свое могущество в виде действующих законов природы, и, поняв их, можно постичь замысел Божий.

Носителями высшего промысла на Земле для Ньютона были пророки, которые имели способность общаться с Господом напрямую. Поэтому ученый поставил перед собой немыслимую задачу: математическим путем расшифровать высказывания пророков, вычислив таким образом и дату конца света.

Спасибо Библии - благодаря ей Ньютон создал систему дифференциальных и интегральных исчислений и, как ему казалось, докопался до сути. Первоначально Ньютон назвал датой конца света середину XIX века, но потом вынес новый "приговор человечеству": дескать, нам грозит гибель в середине 21-го столетия. Эти работы увидели свет лишь в XX веке.

Разумеется, этот очень интересный с точки зрения истории труд нельзя воспринимать буквально. Ведь научный метод, если он применен к мистическому материалу, не может дать сколько-нибудь серьезных результатов. Так что готовиться к смерти пока не стоит. Лучше вспомнить строки стихотворения, написанного известным английским поэтом, современником Ньютона Александром Попом: "Был этот мир глубокой тьмой окутан. Да будет свет! И вдруг явился Ньютон"... Великий физик был предтечей Света, а не Тьмы.

По материалам Интернета.



ПРЕДСКАЗАЛ КОНЕЦ СВЕТА В 2060 ГОДУ

ИСТАТИ

КТО БУДЕТ ЗДЕСЬ ПОСЛЕ НАС?

Видных ученых попросили высказать свои предположения, кто будет населять Землю в далеком будущем.

И вот в конце прошлого года эксперты по эволюционному развитию биологических видов выдали свое резюме - жизнь на планете станет дикой. То есть в прямом смысле слова бесчеловечной, поскольку человек как вид перестанет существовать. Ученые сделали свои кошмарные прогнозы с учетом климатических и географических изменений, которые произойдут на планете. Если такие регионы, как Средиземное море или сельва Амазонки станут пустынями, как это предполагается, то возникнут новые биологические виды.

Самым крупным существом на земле станет 120-тонный наземный моллюск торатон, а по пескам будут ползать гигантские улитки высотой в полметра. Так называемая "океанская рыба" будет жить на утесах и станет летать, а не только плавать. А ледниковая Европа будет населена огромными и похожими на медведей существами размером с тигра - это так называемые "снежные сталкеры".

Через несколько миллионов лет человечество будет стерто с лица Земли. Зато бабуины резко поумнеют, так что это будут единственные мыслящие существа на планете.

Печальный прогноз, верно? Единственное, что слегка утешает, так это то, что и корифеи иногда ошибаются.

© "Незримая сила".

БУТЫЛОЧНЫЙ ИНТЕРНЕТ

До изобретения радио и телеграфа любой моряк знал, как пользоваться бутылочной почтой. Технология была нехитрая. В толстостенную бутылку насыпали немного песка, чтобы сосуд погрузился в воду по горлышко: в этом случае ветер не мешал бутылке плыть по течению.

...Ранним майским утром 1560 г. английский рыбак выловил в Ла-Манше засмоленную бутылку и обнаружил пергамент, адресованный королеве Англии Елизавете Первой. Это было послание королевского шпиона, сообщавшего о том, что голландские купцы высадились на принадлежащих России островах Новая Земля. Для Англии это было особенно неприятно и вот почему. 7 лет назад английский посланник Ричард Ченслор получил большие торговые привилегии в северных русских землях. Но здесь у англичан случился прокол: какой-то рыбак раньше королевы узнал о вторжении ненавистных голландцев на острова, где могут торговать только английские купцы! Разгневанная королева приказала повесить злополучного рыбака и издала два указа. Первый гласил, что всякого, кто разобьет выловленную в море или найденную на берегу запечатанную бутылку с посланием, ждет смертная казнь. Согласно второму, при английском королевском дворе учреждалась должность откупорщика бутылок.

...Ясным солнечным днем 28 мая 1897 г. матросы бразильского сторожевого судна «Арагуара» выловили из океана запечатанную бутылку, в которой оказался вырванный из Библии листок. Поперек печатного текста было написано: «На борту шхуны «Си Хиро» вспыхнул бунт. Капитан убит, первый помощник выброшен за борт». Капитан тут же приказал изменить курс согласно указанным в записке координатам. Через два часа бешеной гонки бразильский сторожевик настиг мятежный корабль и открыл огонь. Бунтовщики сдались, их обезоружили и заковали в кандалы.

© «Мир зазеркалья».

АДСКОЕ ПЛАМЯ

ЛЮДИ ГОРЯТ, БУДТО СПИЧКИ

Известный американский научно-популярный журнал "Дискавер" опубликовал информацию о том, что за последние десять лет число самопроизвольных возгораний - так называемого пирокинеза - возросло во всем мире в два с половиной раза.

Если верить многочисленным сообщениям печатных и электронных СМИ, люди ни с того ни с сего вспыхивают, словно спички. И сгорают, хотя все окружающие их предметы и одежда невероятным образом остаются целыми и невредимыми.

Жительница Бишкека Валентина Федоровна Асеева по сей день не может отделаться от шока. Как сообщает газета "Вечерний Бишкек", как-то вечером женщина, работающая главным бухгалтером в одной из городских коммерческих структур, смотрела по телевизору сериал, около полуночи легла спать. Проснулась около трех часов ночи от голосов, доносящихся из детской комнаты. Разбудила мужа.

Открыв дверь, женщина увидела яркую вспышку света, почувствовала резкую боль в области сердца и лишилась чувств. Муж перенес ее в спальню. А через два часа лежащей в постели женщина оказалась охваченной столбом пламени. Муж принялся тушить огонь. И ему это удалось.

Но последствия недавнего пожара поразили всех, кто их

может вызвать ожоги такой степени...

В селе Скадово Херсонской области два года назад при загадочных обстоятельствах погиб сторож одного из местных хозяйств. Его обугленный труп нашли утром. Одежда при этом не пострадала. Можно было бы предположить, что старика раздели донага, сожгли, а потом опять одели.

Но нашлись свидетели, которые видели, как он в той самой одежде бежал по селу, охваченный столбом пламени, и истошно кричал. А его сосед потом припомнил, что у сторожа еще смолоду случались "припадки": кожа накалялась докрасна, будто горела, а потом по всему телу шли волдыри.

Список подобных случаев можно продолжать бесконечно.

- Ничего принципиально нового в факте "людских крематориев" нет, - считает заместитель директора Политехнического музея РАН, кандидат технических наук Лидия Кожина. - Об этом писали авторы из

Ученые так и не могут объяснить загадочное явление, превращающее

"есть целый ряд вполне достоверных свидетельств сгорания человека без участия в этом процессе каких-либо горючих веществ. При этом, как правило, не наносится никакого ущерба находящимся поблизости легковоспламеняющимся материалам".

Французский ученый Пьер Масьянс, доктор физики в университете Лувра, утверждает, что во всех случаях, о которых идет речь, температура горения достигает двух тысяч градусов, в то время как для того, чтобы дотла сгорела, например, бронированная машина, достаточно 700. При пирокинезе выделяется энергия, сопоставимая с работой крупной электростанции.

Известный российский астрофизик, много лет работавший в Пулковской обсерватории, профессор Николай Козырев, размышляя над феноменом, задался почти шекспировским вопросом: "Как известно, человеческое тело по своему составу не является горючим материалом. Оно на две трети состоит из воды и негорючих тканей. Чтобы его сжечь, необходимы особые условия: температура свыше тысячи градусов и длительное, измеряемое часами время.

Даже прямое попадание молнии не способно полностью сжечь человека... Горение - это химическая реакция окисления, и окислительные реакции в нашем организме отличаются от пламени костра только за-

...вала резкую боль в области ... и лишилась чувств. Муж перенес ее в спальню. А через два часа лежащая в постели женщина оказалась охваченной столбом пламени. Муж принялся тушить огонь. И ему это удалось.

Но последствия неожиданного пожара поразили всех, кто их увидел: левая часть тела, особенно грудь, покрыта волдырями, волосы на голове опалены до самых корней, однако брови и ресницы не пострадали. Цела и ночная хлопчатобумажная рубашка, остались нетронутыми простыни. Хотя обгорела занавеска, а в стене спальни оказалось круглое пятно, будто прожженное насквозь неизвестным разрядом.

Врачи, осмотрев пострадавшую, ничего не смогли понять. Написали в медицинском заключении, что "на теле пациентки имеются множественные ожоги неясной этиологии".

Прибывшие через несколько часов пожарные составили протокол: "В квартире произошло возгорание, причины возникновения и прекращения которого установить не удалось". Дело в том, что муж пострадавшей не успел сделать почти ничего: лишь вылил в растерянности на жену стакан воды, и огонь прекратился так же неожиданно, как и возник.

В Томске год назад на улице Розы Люксембург сгорел мужчина, мирно сидевший на деревянной скамейке и пивший водку. Приехавшие "скорая" и милиция констатировали, что в организме жертвы было слишком много алкоголя, вот, дескать, он и вспыхнул от некоего "постороннего источника". Однако никакой канистры или даже банки с бензином вблизи обнаружено не было.

По словам очевидцев, пострадавший неподвижно лежал на спине рядом с абсолютно целой скамейкой и горел ярким пламенем. Особенно интенсивный огонь выходил из груди и живота, достигая в высоту 40 сантиметров. По мнению врачей, даже чистый спирт не

...ев" нет, - считает заместитель директора Политехнического музея РАН, кандидат технических наук Лидия Кожина. - Об этом писали авторы из

Ученые так и не могут объяснить загадочное явление, превращающее людей в пепел. Почему?

Древней Греции, монахи в средние века. При раскопках в Фивах найдены папирусы с описанием "превращений жреца в огненный факел, возносящийся в небеса".

Известный писатель Чарльз Диккенс написал на эту тему массивный труд "О самовозгорании тела человека", который в 1851 году опубликовал известный химик фон Либих. 7 апреля 1919 года английская газета "Дартфорд кроникл" напечатала статью о загадочной гибели писателя Джорджа Темпла, обгоревший труп которого нашли рано утром в собственной квартире.

Причем сгорела лишь нижняя часть туловища, остальные органы и одежда не пострадали. Соседи и прислуга утверждали, что писатель из дома никуда не выходил, посторонних не впускал. А в 1927 году со страниц американских газет не сходило имя некоего негра Андервуда, который был способен своим дыханием поджигать различные предметы.

В 1961 году известный судебный следователь из Лондона, доктор медицины Кэвин Терстон опубликовал в "Медицинско-юридическом журнале" статью о том, что

При пирокинезе выделяется энергия, сопоставимая с работой крупной электростанции.

КОМПЕТЕНТНОЕ МНЕНИЕ

Известный **российский академик, директор Института клинической и экспериментальной медицины РАМН Влаиль КАЗНАЧЕЕВ** считает, что добрая половина подобных историй - небылицы.

"Отбросим в сторону чудеса и проделки многочисленных шутников, - говорит он. - Предположим, что в клетках проходят некие неизвестные энергетические процессы, равные по своей мощности холодному термояду. Крупный хирург, член Русского физического общества, профессор Геннадий Петракович провел ряд уникальных экспериментов на тканях и пришел к выводу: в основе клеточной энергетики лежат термоядерные реакции, а сама клетка - это настоящий ядерный реактор. Это означает, что наш организм способен сам создать необходимые ему химические элементы. Но что если произойдет сбой в работе этого механизма? Тогда клеточный реактор "идет вразнос", начинается неконтролируемая ядерная реакция. Если она становится цепной, то это сопровождается колоссальным выбросом энергии, способным сжечь, превратить в пепел клетки тканей и костей нашего тела. Но опять же возникает вопрос: почему ничего не происходит с одеждой?"

Влаиль Казначеев предполагает, что причиной таких сбоев могут быть геомагнитные возмущения Земли. В Боудлере, США, находится Американский национальный институт метеорологии и океанографии, куда со всего мира передаются сведения об изменении магнитных полей. Так вот, в девяти из 10 случаев самовозгорания людей обнаружилось, что по времени это совпало с резким увеличением интенсивности геомагнитного поля.

Вопрос: как уберечься от "адского пламени" - вызывает у наших ученых собеседников улыбку. Никак, считают они. Невозможно бороться с явлением, причина которого пока что не ясна. Остается утешать себя тем, что вероятность самовозгорания у каждого из нас намного меньше, чем, например, риск прямого попадания молнии - что тоже маловероятно.

вопросом: "Как известно, человеческое тело по своему составу не является горючим материалом. Оно на две трети состоит из воды и негорючих тканей. Чтобы его сжечь, необходимы особые условия: температура свыше тысячи градусов и длительное, измеряемое часами время.

Даже прямое попадание молнии не способно полностью сжечь человека... Горение - это химическая реакция окисления, и окислительные реакции в нашем организме отличаются от пламени костра только замедленным темпом. А что если этот темп самопроизвольно изменится?"

Фантастическая задача - изменение реального хода времени - по Козыреву вполне достижима. При быстром вращении той же центрифуги работники Центра подготовки космонавтов не раз отмечали странные хрональные изменения - сбои в работе часов, замедление физиологических реакций организма.

При длительном вращении испытуемый как будто отделяется от своего тела и начинает видеть себя со стороны. Долгие годы считалось, что все это - лишь следствие эмоциональных и физических нагрузок. Но Козырев предположил, что это не так. "Вращающиеся массы, как и закрученное электромагнитное поле, могут реально воздействовать на ход времени, - объявил он. - И этот эффект вполне может проявиться не только в лабораторных, но и в природных условия.

Хрональные возмущения, возникающие в так называемых "аномальных зонах", там, где есть изгибы русел рек, подземные потоки, разломы, зачастую приводят к удивительным явлениям. Там часто наблюдают полеты НЛО, видят некие фигуры, слышат "неземные" звуки... Именно в таких "зонах" чаще всего и наблюдается пирокинез. Кстати, все это может произойти и в обычной городской квартире".

Наталия ЛЕСКОВА.

© "Труд-7".

ПТИЧЬЯ ВОЙНА

ГОЛУБЬ ВОЙНЫ

Символ мира может стать грозным оружием?

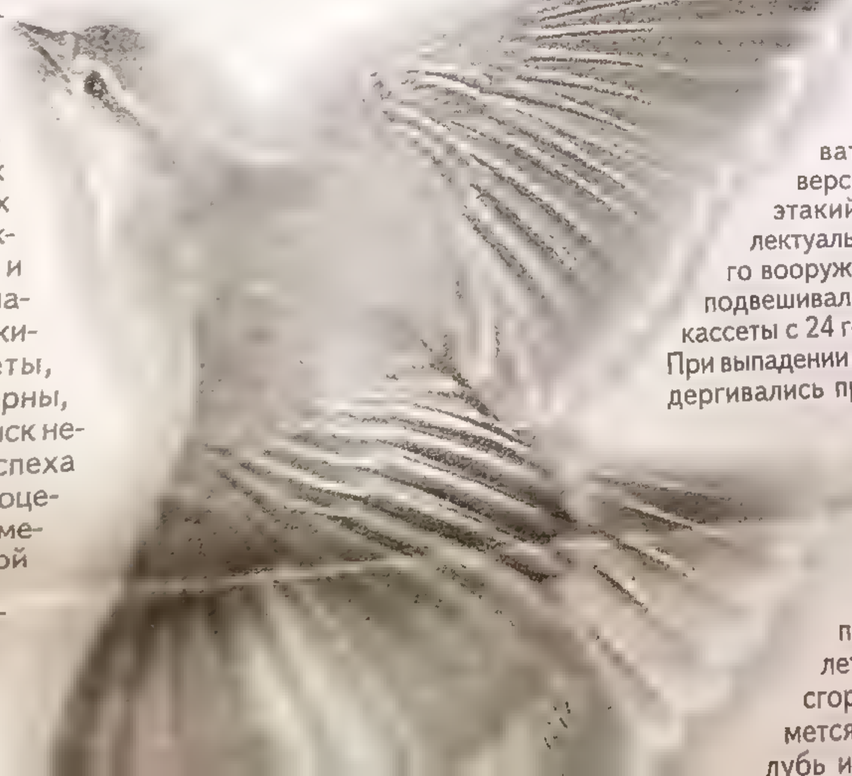
Система безопасности аэродрома была организована по-германски тщательно.

Рабочих и возниц обыскивали придирчиво, сквозь охрану мышь не проскочила бы. Но посреди белого дня вдруг загорелись, а потом начали рваться цистерны, вспыхнули самолеты на стоянке, воспламенилась крыша склада запчастей. Началась паника. "Идиоты! Всех на фронт пошлю! - орал на подчиненных начальник охраны. -Вдалбливал же в ваши лошадиные головы - отстреливать вблизи аэродрома любого голубя!"

История великой княгини Ольги, жестоко отомстившей древлянам за смерть своего мужа, заставила задуматься сотрудника Центральной школы связи Красной Армии кандидата биологических наук А.М. Колосова. Военного биолога впечатлил поджог города древлян Искоростеня с помощью голубей.

Шла весна сорок первого, газеты были полны сообщений о "дружбе советского и германского народов", но специалисты прекрасно понимали: война будет, и очень скоро. В Красной Армии, как и в армиях многих других стран, находились на службе голуби: как почтари и разведчики. А что если натренировать птичек поджигать вражеские самолеты, нефтевышки, бензоцистерны, деревянные постройки? Риск небольшой, зато в случае успеха Вождь народов наверняка оценит азиатскую хитрость, замешанную на изучении родной истории.

Метод тренировки оказался прост - за месяц пребывания в соответствующих макетах у голубей вырабатывался устойчивый



ловине 1941 года во множестве появляются импровизированные зажигательные средства: бутылки с горючей смесью, термитные шары, патроны к ракетнице. Но это все были средства ближнего боя. А вот голубь, почти незаметно доставляющий снаряд на большие расстояния, да еще и сам находящий объект, - это уже перспективнее. Центральная школа связи обратилась в

слоем бумаги, зажигательная шашка срабатывала бы по истечении времени, за который кислота проест бумагу. И.И. Вернидуб и А.Г. Колпаков разработали вариант с ударно-химическим воспламенителем ГСЗ-7.

Конструкция получилась остроумная. Но ведь голубей надо еще както доставить в район объекта! Самым перспективным оказалось "десантировать" крылатых диверсантов с самолета, - этакий вариант "интеллектуального" авиационного вооружения. Под самолет подвешивали две специальные кассеты с 24 голубями в каждой. При выпадении птиц из кассеты выдергивались предохранительные чеки.

При посадке голубя ударник разбивал ампулку, срабатывала огневая цепь: хлоратная смесь - воспламенительная таблетка - шашка. Марля сгорала до того, как займется шашка (так что голубь имел шанс улететь).

ПОГОВОРИМ-ПОГОВОРИМ

КОД ЗВЕРИНОГО ЯЗЫКА

Нужен ли собаке "переводчик"?

Животные, как и мы, - разумные существа, способные к общению. Но пока это общение дается *нам с трудом.* Впрочем, было бы желание...

Профессор из США Майкл Оурен утверждает, что за пять с половиной тысяч лет, проведенных рядом с людьми, кошки разработали целый язык звуков и жестов, предназначенный как для общения с человеком, так и для управления

гой кверху спина, прижатые к голове уши, шипение или завывание - несомненные признаки агрессии... Кроме того, кошка обладает сильным даром внушения, который позволяет ей повернуть вспять своих врагов *(например, собак) и добиться желаемого от человека...*

Собаки тоже сумели приспособиться к сосуществованию с людьми. Их эмоции легко определить по их взгляду, движениям, тональности лая. А лошади без труда "читают" жесты человека. Так, в начале прошлого столетия один аферист объявил, что его жеребец по кличке Умный Ганс обладает сверхъестественными способностями. Действительно, в присутствии

...вождь народов наверняка оценит азиатскую хитрость, замешанную на изучении родной истории.

Метод тренировки оказался прост - за месяц пребывания в соответствующих макетах у голубей вырабатывался устойчивый условный рефлекс: где бы ни выпускали птиц, они искали свой объект атаки и садились только на него. А специальный режим тренировок приучал их поднимать груз до 150 г (т.е. треть собственной массы).

С началом войны "огненные" диверсии в тылу врага вдруг оказались в ряду едва ли не важнейших задач. В директиве СНК СССР и ЦК ВКП(б) от 29 июня и постановлении "Об организации борьбы в тылу германских войск" от 18 июля шла речь и о "поджогах". Во второй половине

НИИ-6 Наркомата боеприпасов с просьбой изготовить "голубеснаряд". Задача была непростой - в пределы 150 г "уложить" термитную шашку, воспламенитель, систему подвеса.

К сентябрю разработали несколько конструкций "голубиных зажигательных снарядов" (ГЗС). Испытали их на базе Центральной школы служебного собаководства, которая и выступила заказчиком. Г.А. Старков представил снаряд замедленного действия с химическим воспламенителем и замедлителем известной схемы - серная кислота и бертолетова соль разделялись

...держивались предохранительные чеки.

При посадке голубя ударник разбивал ампулку, срабатывала огневая цепь: хлоратная смесь - воспламенительная таблетка - шашка. Марля сгорала до того, как займется шашка (так что голубь имел шанс улететь). Шашка же оставалась на объекте. Она горела почти полминуты, образуя пламя с температурой 3000°С, прожигавшее 2,5-мм железо и дюралевые самолетные бензобаки.

В сентябре 1941 года успели изготовить 3000 "голубеснарядов", которые отправили на фронт. Как и многие импровизации сорок первого года, эта была вскоре остановлена, но навести шороху голуби-диверсанты успели. По окончании войны среди трофейных германских документов нашли брошюру с описанием ГЗС-7 и результатов их применения по аэродромам. Про княгиню Ольгу там ничего сказано не было. Да и многие ли из немецких генералов внимательно читали русскую историю?

Семен ФЕДОСЕЕВ.
© "**Алфавит**".

Но пока это общение дается нам с трудом. Впрочем, было бы желание...

Профессор из США Майкл Оурен утверждает, что за пять с половиной тысяч лет, проведенных рядом с людьми, кошки разработали целый язык звуков и жестов, предназначенный как для общения с человеком, так и для управления им... Профессор записывал кошачьи голоса в разных ситуациях и давал их послушать испытуемым.

Оказалось, что короткие и высокие звуки ассоциируются в сознании людей с "приятными", низкие и долгие - с "требовательными". Мяуканье - скорее всего, приветствие или просьба... Ровное и размеренное мурлыканье всегда выражает довольство... А вот короткое, прерывистое - признак болезненных ощущений... Если кошка гладит хозяина лапой или трется головой о его ноги - это либо выражение привязанности, либо выпрашивание ласки и угощения...

Пошевеливание кончиком задранного вверх хвоста - проявление радостного возбуждения, интереса и доброжелательности... Опущенный книзу хвост - усталость, негативные эмоции. Выгнутая ду-

...зволяет ей повернуть вспять своих врагов (например, собак) и добиться желаемого от человека...

Собаки тоже сумели приспособиться к сосуществованию с людьми. Их эмоции легко определить по их взгляду, движениям, тональности лая. А лошади без труда "читают" жесты человека. Так, в начале прошлого столетия один аферист объявил, что его жеребец по кличке Умный Ганс обладает сверхъестественными способностями. Действительно, в присутствии хозяина конь безошибочно выбирал из нескольких бумажек с ответами на вопросы листок с правильным ответом. Впоследствии оказалось, что Ганс попросту реагирует на изменения в позе владельца...

Вероятно, уже недалек тот день, когда мы сможем понимать звериный язык с абсолютной точностью! Недавно японская фирма по производству игрушек "Токара" изобрела специальный аппарат "Bowlingual" для расшифровки лая. Чувствительные микроэлементы по тембру собачьего "голоса" определяют, в каком настроении находится ваш питомец и что ему в данный момент требуется.

Устройство, снабженное микрофоном, крепится к ошейнику.

© "**Незримая сила**".

ЧЕГО НЕ БЫВАЕТ

СОЮЗ КОЗЫ И ПАУКА

Канадские ученые с нетерпением ожидают молока, из которого можно будет делать... бронежилеты.

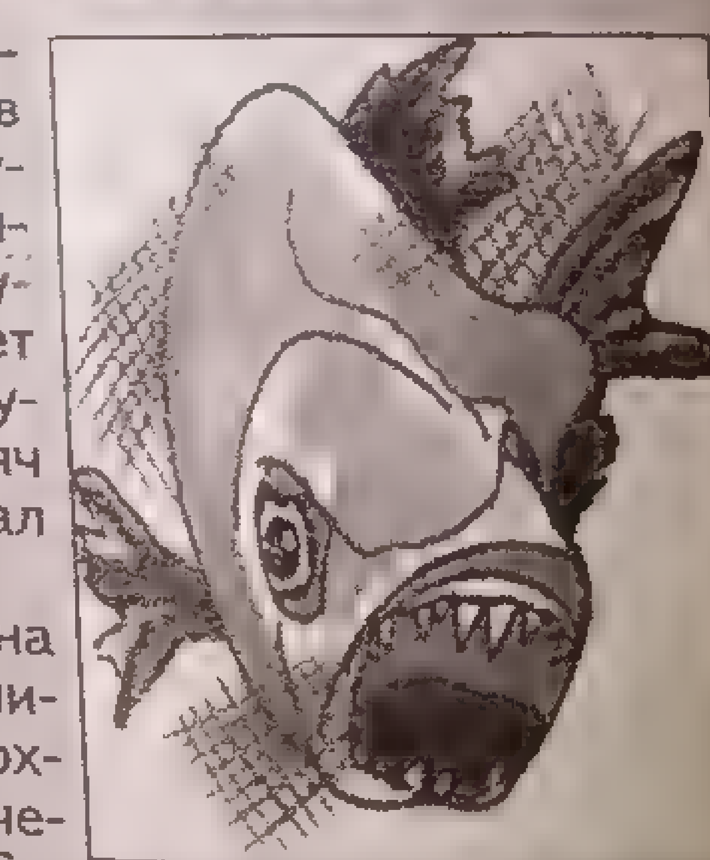
Природа создала множество материалов с удивительными свойствами. Вот обыкновенная паутина. Кто бы мог подумать, что эти воздушные шелковые нити в пять раз прочнее стали на разрыв, способны вытягиваться на треть своей длины, хотя при этом не столь уж и плотны.

С той поры исследователи неустанно стараются заменить паутину искусственным аналогом. Однако синтезировать паучью нить оказалось не так-то просто! Паучий шелк - сложнейший композиционный материал, состоящий из двух видов белков и 5-6% воды. Молекулы белков хитро переплетены, причем часть белка находится в аморфном состоянии, а часть - в виде кристаллов: первые обеспечивают эластичность, а вторые - прочность.

Год назад монреальская компания "Нексиа биотекнолоджиз" вывела породу коз, в геном которых встроены гены паука, отвечающие за выработку паутины. Из протеина, содержащегося в молоке этих коз, канадские умельцы собираются вытянуть те самые легкие и прочные паучьи волокна, уже прозванные "биосталью". Предполагается, что клонированные козы станут своеобразными "биостанками" по производству "шелкового молока".

© "**Алфавит**".

СУДАК В ПУСТЫНЕ



Крестьяне в южной части Сахары при сооружении колодцев часто наталкиваются в песке на кости древних рыб. Изучить такие случайные находки взялись французские палеонтологи. Они сам принялись рыть ямы, и на глубине 2 м им встретился окаменевший скелет рыбы длиной в 97 см. Это был родственник зубатого судака, но возраст солидный - 8 тысяч лет. Установили, что когда-то здесь протекал Нигер.

Пески Сахары оттеснили его на 350 км на юг. Между прочим, в этом районе Африки климат продолжает передвигаться в сторону сверхзасушливой зоны. За последние 40 лет количество осадков уменьшилось на 22%, а сама Сахара увеличивает свою площадь в южном направлении гораздо быстрее, чем предполагалось. Кстати, именно 40 лет назад ученые доказали, что наступление песков можно остановить, если занять лесопосадками и поставлять сюда саженцы, а не оружие.

НЕВИДАЛЬ

СНЕЖНЫЙ НЕТОПЫРЬ

Этель Лилиан Войнич в рассказе "Метель", датированном 1907 годом, так описывает снежного нетопыря:

"Из ужасной снежной круговерти вылетела белесая птица, но Боже, что это была за птица! Кожистые, покрытые коротким пушком перепончатые крылья, ужасная, дьявольская морда с горящими красными глазами и крепкие лапы, наделенные когтями, способными вспороть брюхо овце с такой же легкостью, с какой нож режет масло. Нет, это не птица, это огромная летучая мышь, нетопырь! Лошадь заржала и понесла, оставив кошмарное видение позади".

Известная беллетристка описала русскую зиму, русскую деревню и русские нравы достаточно верно, поскольку прослужила несколько месяцев (впрочем, летних) гувернанткой в семье Э.И.Веневитиновой в селе Новоживо тинное Воронежской губернии.

О снежном нетопыре писали известный ученый-орнитолог Н.А.Северцов, воронежский собиратель сказок А.Н.Афанасьев, поэт И.С.Никитин, причем последний видел его своими глазами, в то время как остальные ссылаются на очевидцев, преимущественно крестьян...

Практически все очевидцы сходятся в следующем: существо имеет вид гигантской летучей мыши белого цвета, появляется исключительно зимой, в ночное время, предпочитая ненастную погоду. Глаза существа красные и большие, лапы снабжаются острыми когтями. [illegible] же описываются по-разному: размах крыльев колеблется от аршина до косой сажени и больше. Повадки и повадки существа: по словам крестьянина Петра Кре-

чала раздирать острыми когтями одежду, а зубами, острыми, как

янием, а было меж нами с четверть версты, разглядел я немногое, но крылья были не птичьи, а перепон-

прямо на сторожа и когтями серьезно повредила ему лицо.

Объяснений явлению, как все-

КРОКОДИЛОВЫ СЛЕЗЫ

Ранним февральским утром в полицейское управление Брисбена, главного города штата Квинсленд, явился весьма взволнованный человек, заявивший, что с акватории яхт-клуба неизвестные злоумышленники ночью угнали его гидросамолет. Расследовать необычную кражу, первую в практике брисбенской полиции, было поручено инспектору Локсмиту, который незамедлительно отправился на место происшествия.

Яхт-клуб находился на берегу реки Брисбен у ее впадения в залив Монтон. Инспектор Локсмит опросил сторожей клуба и яхтсменов, которые ночевали на своих суденышках. Однако никто из них ночью не слышал звука авиационного мотора. Но инспектор Локсмит не верил в чудеса. Он поехал в местный клуб рыболовов и выяснил, кто из его членов любит удить рыбу по ночам. Таких набралось больше трех десятков. На втором десятке ему повезло. Старичок по фамилии Харгрейв в ту ночь ловил рыбу с надувной лодки неподалеку от яхт-клуба.

По его словам, уже после полуночи он услышал громкий скрежет, доносившийся от стоявшего метрах в 50 гидросамолета. Харгрейв решил подплыть поближе, чтобы посмотреть, что там происходит. Когда он находился метрах в десяти от машины, то в ярком свете полной [illegible]

существа красные и большие, лапы оканчиваются острыми когтями. Размеры же описываются по-разному: размах крыльев колеблется от аршина до косой сажени и больше. Различны и повадки существа: по словам крестьянина Петра Кретинина (1852 год), нетопырь вьюжной ночью разодрал дворовую собаку, и, когда хозяин вышел из избы, "тварь сверкнула красными глазами, захлопала крыльями и полетела прочь, унося с собою тело Трезора". Другие же свидетельствуют, что нетопырь - создание крайне боязливое и при виде человека стремительно уносится прочь, бросая добычу куда как скромную - мышь.

"Тварь сверкнула красными глазами, захлопала крыльями и полетела прочь.

Совсем уж жуткий случай описывает Д.И. Бирюков, помещик и малоизвестный поэт середины XIX века: "Вечером, во время колядок, когда селяне расходились по домам из-за поднявшейся пурги, огромная летучая мышь мертвенно-белого цвета напала на молодую тринадцатилетнюю девушку Оксану Миронову. Налетев со спины, тварь начала раздирать острыми когтями одежду, а зубами, острыми, как бритва, пыталась прокусить толстый платок, которым Оксана укутала шею и голову. И прокусила! Когда брат Оксаны выскочил во двор, он увидел, что сестра ничком лежит на снегу, а белое отродье было уже не белым - пасть и грудь окрасились кровью несчастной девушки".

Факт существования снежного нетопыря подтверждает поэт много более известный, поэт-реалист, человек трезвейшего ума, Иван Саввич Никитин:

"На праздниках выбрался я таки за город, в дом любезного Михайлова. Только проехали три версты, как завьюжило не на шутку. Михайлов велел поворачивать, и тут кучер указал нам на летящее над полем белое пятно. За расстоянием, а было меж нами с четверть версты, разглядел я немногое, но крылья были не птичьи, а перепончатые, наподобие летучей мыши. После Михайлов сказал, что это и есть снежный нетопырь, которого изредка видят в суровые зимы..." (из письма И.С.Никитина Н.И.Ветрову от 12 января 1861 года).

В конце 90-х годов прошлого века, когда в Воронежской области началось бурное строительство загородных особнячков, вновь появились сообщения о встречах с гигантским белым нетопырем.

16 декабря 1998 года во время снегопада сторож Николай А. видел, что на дом известного предпринимателя, вернее, на спутниковую антенну уселась белая большая летучая мышь и попыталась эту антенну отодрать. Сторож сначала свистел, затем выстрелил в воздух, но летучая мышь лишь удвоила свои усилия. Тогда Николай выстрелил в нее смесью перца и соли, но промахнулся. Летучая мышь, оставив антенну, слетела прямо на сторожа и когтями серьезно повредила ему лицо.

Объяснений явлению, как всегда, несколько. Вышеупомянутый орнитолог Северцов считал, что за снежного нетопыря принимали мигрирующий вид полярной совы, откочевывающий в особо суровые зимы в пределы Воронежской губернии. Что же до саженных крыльев, то известно, что в пургу определить истинные размеры трудно, да и у страха глаза велики.

С точки зрения современной биологии, действительно невозможно существование вида, состоящего всего из нескольких особей. Но что, если особи эти единичны в силу того, что ареал их вовсе не планета Земля? А Земля - всего лишь пустырь, на который этих монстров выпускают порезвиться хозяева. Выпустят на какое-то время, а потом заберут домашних любимцев назад...

По материалам Интернета.

ему повезло. Старичок по фамилии Харгрейв в ту ночь ловил рыбу с надувной лодки неподалеку от яхт-клуба.

По его словам, уже после полуночи он услышал громкий скрежет, доносившийся от стоявшего метрах в 50 гидросамолета. Харгрейв решил подплыть поближе, чтобы посмотреть, что там происходит. Когда он находился метрах в десяти от машины, то в ярком свете полной луны увидел фантастическое зрелище: на алюминиевый поплавок гидросамолета пытался влезть огромный крокодил, чьи когти и скрежетали по металлу. В конце концов, это ему удалось. В тот же миг машина резко накренилась, а затем перевернулась и ушла под воду.

История, рассказанная Харгрейвом, была настолько невероятна, что инспектор Локсмит не поверил ему. На всякий случай инспектор все же вызвал аквалангистов, которые обследовали место происшествия и действительно обнаружили лежащий на дне гидросамолет. Что касается странного поведения крокодила, то, по мнению зоологов, в темноте он, скорее всего, принял длинный поплавок за... крокодилиху.

© "Незримая сила".

"Аура-камера" установлена в центре Космоэнергетики "Путь к Солнцу"

Снимок, сделанный камерой, позволяет заглянуть во внутренний мир человека, получить представление об особенностях его психики, об эмоциональном состоянии, его качествах и проблемах.

Ауру называют "зеркалом астрального тела". В ней можно увидеть любовь и ненависть, успех и поражение, здоровье и недомогание. Все ваши мысли и чувства проявляются в цветах ауры. Каждый цвет соответствует определенным чертам характера, образу мыслей, темпераменту, эмоциональному состоянию.

Вместе с фотографией ауры вы получите компьютерную расшифровку цветного изображения. Во время индивидуального собеседования наши консультанты дадут более глубокое и подробное толкование цветовых оттенков вашей ауры.

Нижний Новгород, ул.Ванеева, 15.

Тел.(8312) 78-46-74 с 10.00 до 18.00. Воскресе - выходной.

Рег. св. № 3246 в Минюсте РФ. На правах рекламы.

В ЗАЩИТУ КИТОВ И ЧЕРЕПАХ

Весной этого года Всемирный фонд защиты природы доказал, что он начал защищать флору и фауну планеты не только на словах, но и на деле. Фонд возбудил уголовное дело против японских рыбаков, выловивших в Антарктике 440 китов. Этот факт нарушения международных конвенций выявлен в порту Симоносеки, где из китового мяса сделали консервы.

Японцы оправдывались тем, что часть мяса пойдет на научные цели, а часть - на корм для зверей в зоопарке. Конечно, отговорки смехотворные. К тому же обнаружены и консервы с мясом морских черепах, вылов которых тоже запрещен. Дело против Японии рассматривается в Саудовской Аравии на сессии стран, подписавших конвенцию о недопустимости истребления китов и других морских животных.

ЛАЗЕР - УБИЙЦА

ОГОНЬ - ПО СВОИМ?

Прошло немало времени с момента гибели

нальной противоракетной обороны США). Стержень этого сотрудничества составляют работы по постройке компактного и достаточно мощного лазера, способного сбивать скоростные и высотные

новенного воздуха, чрезвычайно повышенным уровнем турбулентности. Той самой турбулентности, которая внезапно возникла в районе левого крыла "Колумбии" и, возможно, привела к его разрушению.

СИГНАЛЫ В НИКУДА

ПИСЬМА В КОСМОС

Первые попытки составить содержательное послание инопланетянам предпринимались уже в конце XIX века.

В те времена считалось, что Марс обитаем и его населяет высокоразвитая цивилизация, сумевшая построить гигантскую сеть "каналов", покрывающую всю поверхность красной планеты. Ученые XIX века верили в то, что математика является универсальным языком Вселенной, а потому полагали, что достаточно сообщить "братьям по разуму", что землянам известна теорема Пифагора, и все вопросы будут сняты. Подобный проект предлагал осуществить на просторах Сибири великий математик и астроном Карл Фридрих Гаусс.

Аналогичную идею развивал и венский ученый Литтров. Только он предлагал сделать "площадкой для сигнализации" пустыню Сахару и рекомендовал изображать гигантские чертежи траншеями, наполненными водой. На эту воду нужно было налить керосин и поджечь его с таким расчетом, чтобы сигнал горел шесть часов.

Еще более своеобразный проект отстаивал французский изобретатель Шарль Кро. Он предлагал построить гигантские зеркала, фокусирующие солнечные лучи. Огненные "зайчики" этих зеркал, оплавляя своим жаром почву, должны были рисовать геометрически правильные фигуры, но не на Земле, а на поверхности тех планет, с которыми предстояло устанавливать связь!

Только к середине XX века астрономам удалось выработать внятную программу прослушивания космоса на предмет поиска искусственных сигналов, имеющих внеземное происхождение. Шатко или валко, но эта программа, называемая SETI, развивается до сих пор. Гораздо хуже обстоит дело с отправкой сигналов в космос.

Наиболее важное из этих посланий было отправлено 16 ноября 1974 года из обсерватории Аресибо с использованием большой чаши радиотелескопа в качестве передающей антенны. Это послание, направленное в сторону большого шарового звездного скопления М13 в созвездии Геркулеса, содержало 1679 бит информации. Поскольку шаровое скопление М13 находится на расстоянии 7700 парсеков от Солнца, послание достигнет его примерно через 25 000 лет. В послании, несмотря на его лаконичность, содержатся сведения о Солнечной системе и человеке.

Другим этапом в установлении космической связи стала отправка в космос своеобразных посылок на борту автоматических исследовательских станций.

Самую последнюю по времени попытку объяснить разумной вселенной, что представляют собой земляне, предприняли аниматоры

ОГОНЬ - ПО СВОИМ?

Прошло немало времени с момента гибели космического челнока "Колумбия".

Вашему вниманию предлагается несколько оригинальных версий недавней катастрофы, которые еще не были озвучены. Любой человек, отслеживающий информацию о причинах катастрофы шаттла, не мог не заметить откровенную дезу, сопровождающую это самое расследование. Взять, к примеру, первоначальное сообщение о том, что якобы чуть ли не до самого момента катастрофы с шаттлом поддерживалась устойчивая радиосвязь. Более того, экипаж "Колумбии" сообщал о нормальной работе всех приборов и систем корабля.

А чего стоит разнобой в официальных сообщениях о резком подъеме температуры в одном из отсеков "Колумбии"?

На самом деле космический челнок начал разваливаться на части уже над штатом Калифорния, то есть задолго до штата Техас, над которым якобы и произошла гибель "Колумбии". Выходит, или экипаж погибшего космического челнока не заметил начало разрушения своего корабля, или нас с вами намеренно ввели в заблуждение. А чего стоит разнобой в сообщениях о резком подъеме температуры в одном из отсеков "Колумбии"? То это была такая температура, что сгорел даже передатчик измерения температуры, то выясняется, что температура поднялась на каких-нибудь 60 градусов. И этот список можно продолжить.

Версия первая

США и Израиль активно сотрудничают в рамках программы в области создания НПРО (национальной противоракетной обороны США). Стержень этого сотрудничества составляют работы по постройке компактного и достаточно мощного лазера, способного сбивать скоростные и высотные воздушные объекты. Вполне вероятно, что на борту "Колумбии" и находился вышеупомянутый лазер.

Дело в том, что в космосе можно использовать только один вид лазеров - химический. Химическое рабочее тело лазера должно находиться в неустойчивом, возбужденном состоянии. Вполне вероятно, что перегрузки при торможении шаттла в верхних слоях атмосферы, а также незапланированный нагрев грузового отсека и привели к самопроизвольному импульсу транспортируемого химического лазера. В результате пострадал участок обшивки "Колумбии" и было повреждено левое крыло - космический челнок начал необратимо разрушаться.

Версия вторая

В 1992 г. один российский ученый выступил с весьма необычной инициативой - организовать совместно с США практические испытания изобретенного им совершенного противоракетного оружия. Суть этого изобретения состояла в эффекте, создаваемом современным мощным радиолокатором с фазированной решеткой излучающей антенны при облучении любой воздушной цели. Если количество таких радаров с фазированными решетками будет достаточно большим и их мощность будет соответствовать нужному уровню, то вокруг облучаемой воздушной цели возникнет плазменное облако.

Аэродинамические же свойства плазмы весьма отличаются от аэродинамических свойств обыкновенного воздуха, чрезвычайно повышенным уровнем турбулентности. Той самой турбулентности, которая внезапно возникла в районе левого крыла "Колумбии" и, возможно, привела к его разрушению.

Что же касается эффекта "молнии", то ею вполне мог быть электрический разряд в плазменном облаке, созданном радарами с фазированными решетками. Не исключено, что повышенная турбулентность и спровоцировала самопроизвольный импульс химического лазера, находившегося на борту "Колумбии", со всеми вытекающими из этого последствиями.

Версия третья

В 1983 г. американский шаттл (кажется, это была именно "Колумбия") несколько раз пролетала над одним из сверхсекретных советских полигонов, где проводились испытания лазеров. Советское руководство, крайне раздосадованное подобной бесцеремонностью, решило немного проучить зарвавшегося заокеанского оппонента. Был отдан приказ облучить (всего на 20% мощности своего лазера!) американский космический челнок, если он еще раз попробует пролететь над полигоном.

Эффект от применения советского лазера, даже на пятую часть его истинных возможностей, превзошел все ожидания. У шаттла на некоторое время полностью вышла из строя радиосвязь с Землей, в работе многих систем появились сильные сбои, а у самих американских астронавтов в момент облучения сильно ухудшилось самочувствие. Быть может, у Саддама Хусейна тоже оказалась в это время некая часть наследства советского военно-промышленного комплекса?

Александр ПОЛЮХ.
© "Мир зазеркалья".

ект отстаивал французский изобретатель Шарль Кро. Он предлагал

Другим этапом в установлении космической связи стала отправка в космос своеобразных посылок на борту автоматических исследовательских станций.

Самую последнюю по времени попытку объяснить разумной вселенной, что представляют собой земляне, предприняли аниматоры голландской фирмы Pavlov Media. 8-минутный ролик, созданный ими, раскрывает не только физиологическую природу хомо сапиенс, но и показывает, о чем и как человек думает, и что он при этом чувствует. Создатели надеются, что их "киноконтакт" окажется среди других вещей одной из космических экспедиций, запланированных на 2007 год.

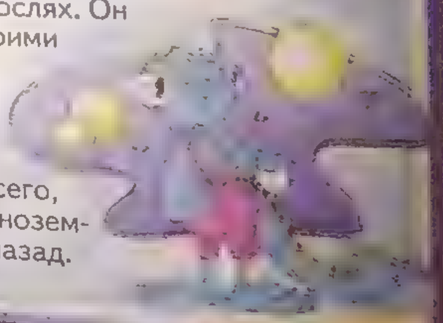
Премьерный показ мультфильма о Человеке пройдет в главной библиотеке города Гронингена. Фильм следует смотреть лежа и через очки специального шлема.

Антон ПЕРВУШИН.
© "Аномальные новости".

БОГ - ГУМАНОИД

Группа европейских и американских этнографов изучала в джунглях Африки жизнь пигмеев. В одном из селений они записали легенду, в которой повествовалось, как однажды в этих краях с неба упал голубой шар. Раздался взрыв, и из пламени выскочил человечек. Он был ниже ростом, чем пигмеи, без носа, с большими черными глазами и в одежде из кожи зеленой змеи.

Его признали за бога, приносили ему часть охотничьей добычи в шалаш, который соорудили ему в глухих зарослях. Он ничего не говорил, только показывал своими длинными пальцами на небо. И вот однажды за ним прилетел другой шар, на этот раз красный. Человечек исчез в нем, махнув руками на прощание. Пигмеи приняли это как знак, что бог еще вернется. Вероятнее всего, говорят этнографы, в Африку прилетали инозем-ные зонды. И было это примерно 600 лет назад.



СТРАСТИ ВО ВЛАСТИ

ОККУЛЬТНЫЕ ТАЙНЫ КРЕМЛЕВСКИХ ВОЖДЕЙ

Мистики-большевики

Религия и мистицизм, уже по самой логике вещей, не могли не оказывать влияния на сознание вождей революции. Основоположник научного коммунизма Карл Маркс явно находился под влиянием мессианских идей. Американский историк Генри Норт вообще считал возможным утверждать, что в марксизме возродился древний языческий эсхатологизм с его идеей вечного, циклического обновления мира через хаос.

Определенный вклад в разработку этого вопроса внес эмигрант Василий Иванов, пользовавшийся, по его утверждению, источниками информации, близкими к французскому политическому масонству.

"В 1918 году, - писал Иванов, - над Россией восходит пятиконечного звезда - эмблема мирового масонства. Власть перешла к самому злобному и разрушительному масонству - красному - во главе с масонами высокого посвящения: Лениным, Троцким - и их приспешниками - масонами более низкого посвящения: Озенфельдом, Зиновьевым, Парвусом, Радеком, Литвиновым (...). Программа борьбы "строителей" сводится к уничтожению православной веры, искоренению национализма, главным образом великорусского шовинизма, разрушению быта русской православной семьи и великого духовного наследия наших предков".

Вождь большевистской революции Лев Троцкий длительное время увлекался изучением масонских объединений. Другой видный большевик - Николай Бухарин - признавался, что в детстве на полном серьезе считал себя Антихристом и изводил свою мать вопросом: не блудница ли она.

Эксперименты Богданова

Александр Богданов (Малиновский) занимал еще более радикальную позицию, чем даже Ленин. Левое течение "отзовистов", выступавшее за отзыв социал-демократической фракции из Государственной Думы. Интересно, что многие "отзовисты" считали необходимым создание особой религии для рабочего класса.

Одной из проблем, волновавших Богданова, было достижение долголетия и даже бессмертия. В 1908 году Богданов опубликовал роман-утопию "Красная звезда", ставший невероятно популярным в среде революционной молодежи. В нем описывалось идеальное коммунистическое общество, построенное на Марсе. Богдановские марсиане достигли бессмертия благодаря особым технологиям обмена кровью между молодыми и пожилыми членами общества.

Свою теорию Александр Богданов пытался обратить в практику, основал в Советской России первый за всю историю науки Институт переливания крови. Здесь практиковался обмен крови между старыми ветеранами-партийцами и молодыми, здоровыми, полными сил людьми. Налицо зловещий символизм - старое паразитирует на молодом, умирающее - на начинающем жить. А присутствие при этом фактора крови сразу напоминает о вампиризме, о попытке "живого трупа" обрести жизнь посредством присваивания жизненных энергий полноценного живого существа.

Власти в России всегда были нужны колдуны и маги

В своих странных взглядах Александр Богданов был далеко не одинок. В опубликованных воспоминаниях видного большевика Ольминского содержится любопытное свидетельство о публичном заявлении Леонида Красина, "мага и волшебника большевицкой партии" (по выражению Ленина), входившего впоследствии в Комиссию по увековечиванию памяти вождя и наблюдавшего за сооружением Мавзолея и бальзамированием трупа. Итак, Красин заявил, что верит в грядущее воскрешение мертвых, но не всех, а только "великих исторических личностей".

"Красное масонство"

Предпринимались и попытки официального воссоздания масонства в СССР. К этому, в частности, приложил руку С.Маркотун - видный украинский федералист, глава мартинистской ложи в Киеве. В 1930-е годы он (к тому времени масон 32-й степени парижской ложи "Дружба народов") активно добивался советского гражданства с целью возрождения масонства на Украине.

В том же 1933 году из Советского Союза за границу было направлено масонское обращение. Карл Радек, хотя и отодвинутый Сталиным от первых ролей в партии и Коминтерне, но все еще влиятельный коммунист, вроде бы написал письмо в "Великий Восток Франции", в кото-

го кинжала атаме до высушенных лапок неведомых птиц. Этот черномагический набор она всякий раз брала с собой, когда ее вызывал Сталин. Рассказывают, что всякий раз результатом этих таинственных визитов колдуньи были кадровые перестановки в руководстве большевиков.

Известно также, что вождь периодически обращался к экстрасенсу и "провидцу" Вольфу Григорьевичу Мессингу (1899-1974).

Кремлевские маги современной России

Новая власть, пришедшая в начале 1990-х годов на смену коммунистической диктатуре, даже пыталась рядиться в одежды материализма. Наоборот, среди политической и деловой элиты стало модным посещать по выходным православный храм, иметь собственного духовника и приглашать священнослужителей на процедуру освящения всего подряд - от нового дома до нового "мерседеса".

Очередной разгул потусторонних сил начался во второй половине августа 1991 года. Защитники российского Белого дома всерьез опасались, что путчисты применят против них некие магические спецсредства. Об этом в разговоре с журналистом Игорем Цикуновым рассказала парапсихолог Наталья Берестова. Она утверждает, что во время приснопамятного августа 1991 года по просьбе Бориса Ельцина была организована группа экстрасенсов, которая "прикрывала" Белый дом. И, как выясняется, не только "прикрывала", но и пыталась "ментально" давить на путчистов!

Новая власть укрепилась, и, следовательно, сохранилось и желание привлекать к управлению страной "нетрадиционные методы".

Одним из тех, кто курировал паранормальные проекты в ельцинской России, был генерал-майор Георгий Георгиевич Рогозин из Службы охраны президента, подчиненной Александру Коржакову. Этот маг при власти сделал головокружительную карьеру, ...

...ном серьезе считал себя Антихристом и изводил свою мать вопросом: не блудница ли она.

Эксперименты Богданова

Александр Богданов (Малиновский) занимал еще более радикальные позиции, чем даже Ленин. В подполье он возглавил крайне

...ания крови. Здесь практиковался обмен крови между старыми ветеранами-партийцами и молодыми, здоровыми, полными сил людьми. Налицо зловещий символизм - старое

...(по выражению Ленина), входившего впоследствии в Комиссию по увековечиванию памяти

Власти в России всегда были нужны колдуны и маги. Зачем?

...народов") активно добивался советского гражданства с целью возрождения масонства на Украине.

В том же 1933 году из Советского Союза за границу было направлено масонское обращение. Карл Радек, хотя и отодвинутый Сталиным от первых ролей в партии и Коминтерне, но все еще влиятельный коммунист, вроде бы написал письмо в "Великий Восток Франции", в котором сообщил, что "советское правительство дает согласие на открытие масонских лож в СССР".

Иосиф Сталин и расстрелянный оккультизм

Поначалу Иосиф Сталин проявил определенную суеверность во взглядах и поступках. Это, видимо, было обусловлено его происхождением и воспитанием. Так, современный знаток оккультизма Тулин-Шапиро сообщает любопытную деталь из жизни "вождя народов". Сталин дарил на память гостям и знакомым только одну свою растиражированную фотографию, на которой он вполоборота, сощурившись, раскуривает трубку. Почему "кремлевский горец" остановился на этом изображении как подарочном? Все объясняется очень просто: оно не годилось для энвольтования (магической операции по нанесению вреда путем протыкания иглой изображения или восковой фигурки). Глаза Сталина - самое уязвимое в магическом смысле место у человека - на том историческом снимке прикрыты, а "энергетический контур" защищен огнем.

В 1930 году по личному распоряжению Сталина из Ленинграда в Москву была перевезена некая Наталья Львова. Потомственная ведьма, она использовала в своей практике огромный спектр колдовских принадлежностей - от ритуально-

Николай Бухарин признавался, что в детстве на полном серьезе считал себя Антихристом.

...прикрывала", но и пыталась "ментально" давить на путчистов!

Новая власть укрепилась, и, следовательно, сохранилось и желание привлекать к управлению страной "нетрадиционные методы".

Одним из тех, кто курировал паранормальные проекты в ельцинской России, был генерал-майор Георгий Георгиевич Рогозин из Службы охраны президента, подчиненной Александру Коржакову. Этот маг при власти сделал головокружительную карьеру, поднявшись от рядового контрразведчика до заместителя главы Службы охраны президента.

Чем же занимался Рогозин в Службе безопасности? Об этом он рассказал сам в интервью журналистке "Московского комсомольца" Яне Жиляевой ("Московский комсомолец", 24 октября 1998 года):

"Администрация президента в тот момент, когда мне пришлось работать в Службе безопасности президента, постоянно находилась в тисках острейшей политической борьбы. Жестокая борьба за мнение президента, борьба за мнение администрации, за влияние - это естественный политический процесс. Политические силы часто прибегают к запрещенным приемам. Служба безопасности президента играет роль барьера на пути вредных воздействий".

Ныне Рогозин ушел из политики, работает первым заместителем генерального директора Российского агентства экономической безопасности и управления рисками при Торгово-промышленной палате.

Однако с уходом кремлевского мага Рогозина ничего не изменилось. Адептов оккультных наук легко пустить во власть, но очень трудно от нее отстранить. При российских политиках появляются и еще будут появляться новые колдуны и маги...

Антон ПЕРВУШИН.

© "Аномальные новости".

НЕ В СЕБЕ

СОМНАМБУЛА УБИВАЕТ НОЧЬЮ

В британских полицейских архивах есть вечные «висяки».

В их число входят дела о немотивированных убийствах, которые не удалось раскрыть даже лучшим детективам Скотленд-Ярда. Как считают некоторые криминалисты, причина этого в том, что их могли совершить сомнамбулы.

Тихий провинциальный Питерсфилд был потрясен загадочными убийствами, которые произошли в ночь с пятницы на субботу 20 апреля 2002 года. Такой бойни - сразу четыре трупа всего за несколько часов - не случалось за всю историю города.

В тот вечер миссис Джулия Крим прождала своего мужа Томаса почти до полуночи, а потом решила сама пойти за ним к Линнелам, жившим в соседнем коттедже. Ей очень хотелось спать, и она не собиралась третий раз подогревать ему ужин.

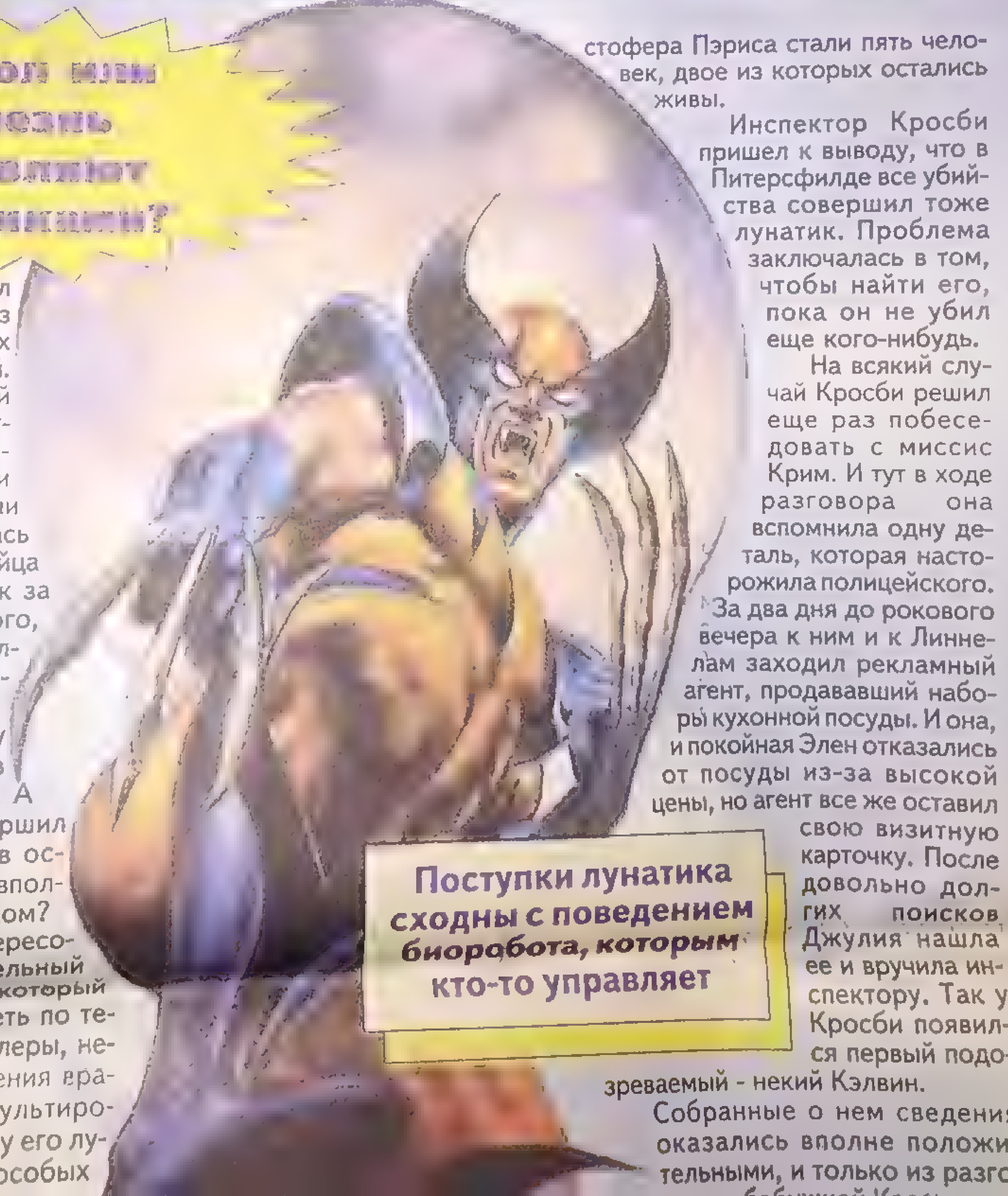
Когда через незапертую дверь Джулия вошла в коттедж соседей, то чуть не упала в обморок от того, что увидела. На полу лежала бездыханная Элен.

Не помня себя, Джулия выбежала на улицу, стала отчаянно кричать и разбудила всю округу. Кто-то из соседей позвонил в полицию, и уже через 10 минут дежурный детектив с констеблем были на месте происшествия. Оказалось, что миссис Крим увидела еще не все. В гостиной ее муж Томас и Харви Линнел сидели за шахматной доской, на которой были расставлены фигуры. Несколько фигурок лежали рядом на скатерти. Головы игроков были залиты кровью. У обоих на затылке зияли глубокие рубленые раны.

Ввиду серьезности преступления посреди ночи были срочно вызваны эксперт-криминалист, судмедэкспертом и старший инспектор детектив Джон Кросби, которому предстояло возглавить расследование.

... Линнелов

Дьявол или болезнь управляют лунатиками?



щую секунду он ударил топориком каждого из них по затылку. Их смерть была мгновенной.

На рассвете на одной из улиц недалеко от коттеджа Линнелов был найден труп 25-летней Мэри Гарднер. В два часа ночи она пешком возвращалась домой с вечеринки. Убийца догнал ее и так же, как за несколько часов до этого, ударом топора по затылку оборвал жизнь молодой женщины.

И тогда инспектору Джону Кросли пришла в голову шальная мысль. А что если убийства совершил сомнамбула, который в остальное время является вполне нормальным человеком?

Особенно его заинтересовал ничем не примечательный конторский служащий, который любил на досуге смотреть по телевизору кровавые триллеры, несмотря на предостережения врача-невропатолога, консультировавшего Пэриса по поводу его лунатизма. Долгое время особых

стофера Пэриса стали пять человек, двое из которых остались живы.

Инспектор Кросби пришел к выводу, что в Питерсфилде все убийства совершил тоже лунатик. Проблема заключалась в том, чтобы найти его, пока он не убил еще кого-нибудь.

На всякий случай Кросби решил еще раз побеседовать с миссис Крим. И тут в ходе разговора она вспомнила одну деталь, которая насторожила полицейского. За два дня до рокового вечера к ним и к Линнелам заходил рекламный агент, продававший наборы кухонной посуды. И она, и покойная Элен отказались от посуды из-за высокой цены, но агент все же оставил свою визитную карточку. После довольно долгих поисков Джулия нашла ее и вручила инспектору. Так у Кросби появился первый подозреваемый - некий Кэлвин.

Поступки лунатика сходны с поведением *биоробота, которым* кто-то управляет

Собранные о нем сведения оказались вполне положительными, и только из разговора ...

торговой фирмы, где работал Кэлвин, что тот направит его на обследование к психотерапевту. Во время сеанса регрессивного гипноза, который провел опытный гипнолог, сотрудничавший с полицией, подсознание Кэлвина воспроизвело некоторые детали, свидетельствовавшие, что именно он является убийцей. Молодой человек «вспомнил», что однажды ночью куда-то выходил из дома, а разделочный топорик был очень острый и сразу разрубил кость.

Итак, что же это за напасть - сомнамбулизм? Люди ходят во сне на протяжении многих веков, однако наука так и не разобралась в этом загадочном явлении. Считается, что ночные прогулки и вообще любая физическая активность возможны в том случае, когда торможение центральной нервной системы во время сна не распространяется на те участки мозга, которые ведают двигательными функциями. Причиной же такого сбоя являются нервные расстройства или поражение коры головного мозга.

Поступки лунатика сходны с поведением зомбированного человека или биоробота, которым кто-то управляет. Вопрос только кто? Убийца Пэрис говорит, что это - дьявол. Не будем столь категоричны. По мнению парапсихологов, бесспорно только одно: в лунатиков вселяются некие сущности из тонкого (астрального) мира. Той же точки

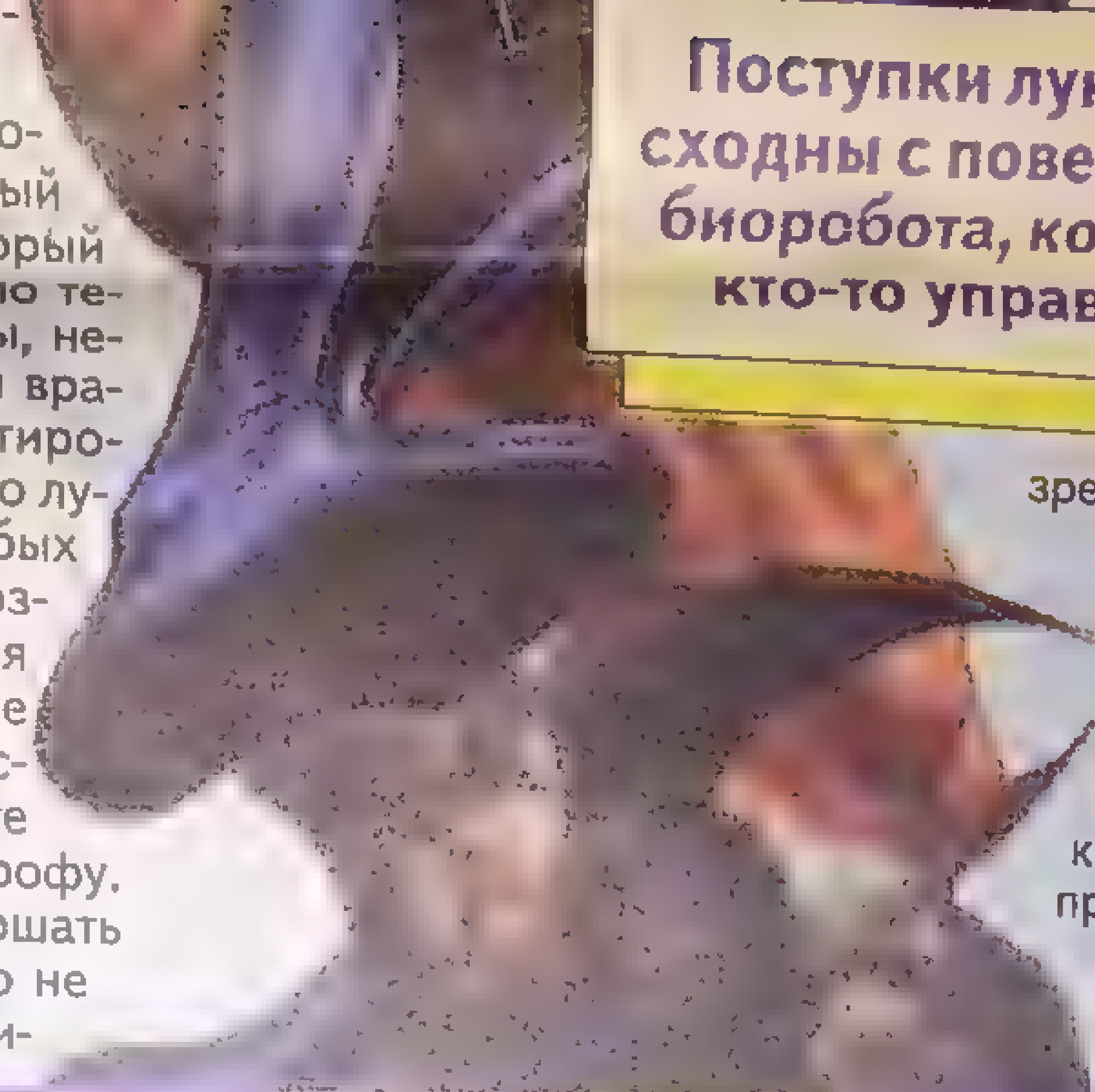
...ью. У обоих на затылке зияли страшные рубленые раны.

Ввиду серьезности преступления посреди ночи были срочно вызваны эксперт-криминалист, патологоанатом и старший инспектор - детектив Джон Кросби, которому предстояло возглавить расследование.

Осмотр коттеджа Линнелов позволил восстановить картину происшедшего. Убийца вошел через незапертую кухонную дверь и задушил миссис Элен. Убийца взял топорик для разделки и тихо вошел в гостиную. Очевидно, в тот момент игроки склонились над доской, обдумывая ходы, и не заметили его появления. В следую-

...тальное время является вполне нормальным человеком?

Особенно его заинтересовал ничем не примечательный конторский служащий, который любил на досуге смотреть по телевизору кровавые триллеры, несмотря на предостережения врача-невропатолога, консультировавшего Пэриса по поводу его лунатизма. Долгое время особых проблем у Кристофера не возникало, поскольку во время своих ночных прогулок он не покидал своего дома. Но весной 1998 года лунатик вместе с женой попал в автокатастрофу. После аварии он стал совершать убийства, о которых ничего не помнил. Всего жертвами Кри-



Поступки лунатика сходны с поведением биоробота, которым кто-то управляет

свою визитную карточку. После довольно долгих поисков Джулия нашла ее и вручила инспектору. Так у Кросби появился первый подозреваемый - некий Кэлвин.

Собранные о нем сведения оказались вполне положительными, и только из разговора с бабушкой Кэлвина полицейский узнал, что в детстве внук страдал лунатизмом, который, впрочем, с возрастом прошел.

Не вдаваясь в детали, инспектор договорился с исполнительным директором

расстройства или поражение коры головного мозга.

Поступки лунатика сходны с поведением зомбированного человека или биоробота, которым кто-то управляет. Вопрос только кто? Убийца Пэрис говорит, что это - дьявол. Не будем столь категоричны. По мнению парапсихологов, бесспорно только одно: в лунатиков вселяются некие сущности из тонкого (астрального) мира. Той же точки зрения придерживается и христианская церковь. Хотя такая общая позиция, может, и нова для читателей, мистикам и теологам она известна уже многие сотни лет.

Сергей ДЕМКИН.
© «Тайная власть».

СЕКТА ОБОРОТНЕЙ

ЧИСЛО ЗВЕРЯ

Британский журнал «Кристиан Ресерч джорнал» опубликовал статью о сектах, проповедующих приобщение к сатане через отождествление себя с животными.

Контроль над членами этих сект устанавливается не только путем внушения «подлинных истин» или приобщения к тайному учению, психологической обработки с использованием формул самовнушения во время проведения различных обрядов, но и на уровне эмоциональном и физическом, когда человеку внушают отвращение к собственному телу путем избиений, насилия и наркотиков.

Философия этих сект представляет собой смесь различных восточных и древнеевропейских религиозных учений, а также фольклора. На своих сборищах адепты нередко проводят обряд символического рождения человека из зверя, который практиковали еще люди каменного века.

Журнал приводит описание современного варианта такого ритуала. Члены сатанинской секты сначала умерщвляют козла и вынимают из него внутренности. Затем в выпотрошенное брюхо помещают младенца. Некоторое время участники ритуала молятся, а затем колдун секты извлекает из козлиного чрева окровавленного плачущего ребенка. Кончается обряд дикими плясками, групповым сексом и инъекциями наркотиков.

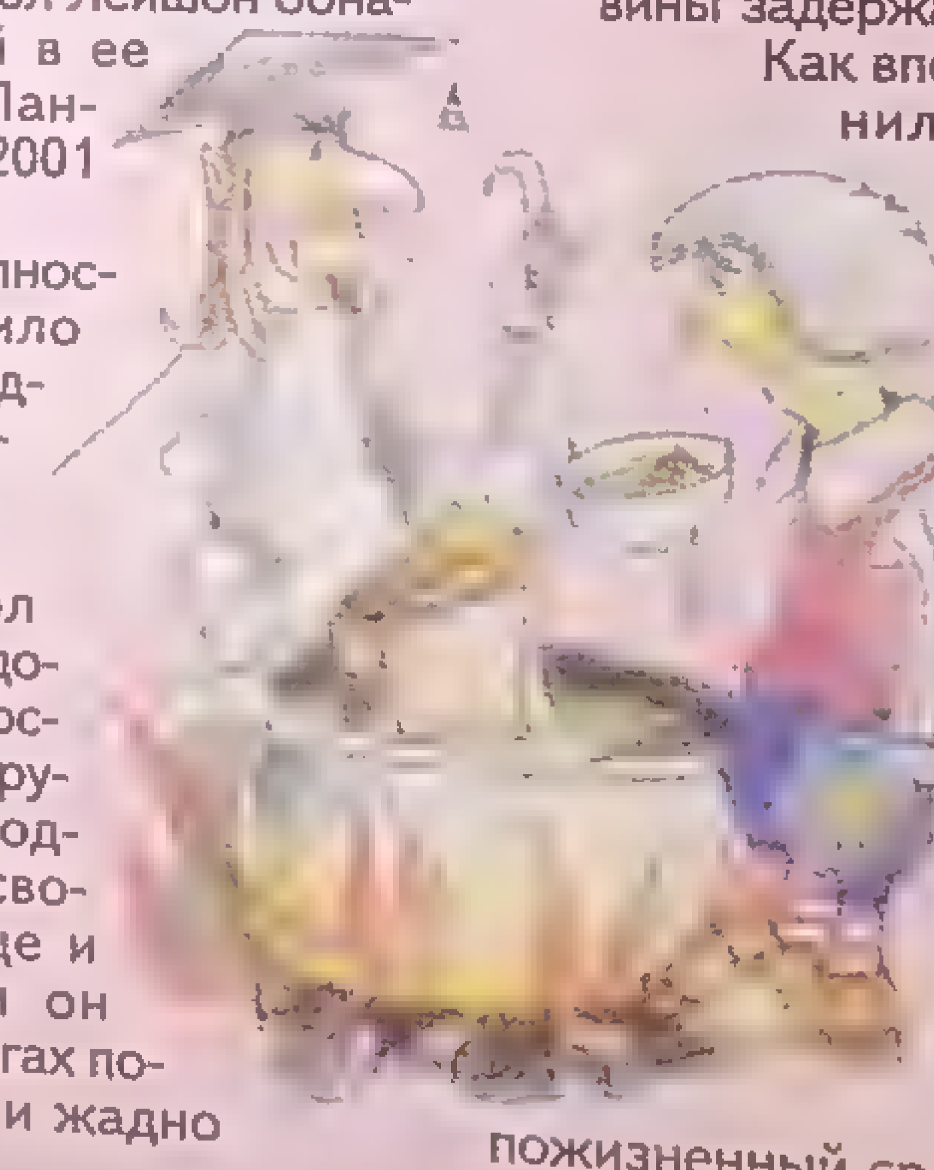
Тот же журнал рассказывает о группе английских сатанистов, проповедующих идею слияния человека и волка как некий путь к созданию супермена, лишенного моральных и нравственных ограничений. Для того чтобы создать оборотня, был проведен чудовищный эксперимент - молодую девушку бросили в клетку с волками-самцами. Сектанты рассчитывали, что она родит им человека-волка. В этой клетке девушка находилась несколько месяцев.

Несчастная чудом осталась в живых, но лишилась кисти правой руки. Клетка была электрифицирована, так что любые попытки девушки бежать жестоко пресекались.

По материалам Интернета.

ПО ЗОВУ КРОВИ

«Мне это было необходимо!» - заявил кровавый Дракула. 17 января 2003 года суд Великобритании признал виновным британского студента-художника Мэттью Хардмана в ритуальном убийстве пожилой женщины. Следователи установили, что 17-летний подросток нанес своей жертве 20 ударов ножом, после чего выпил ее кровь. Престарелую Мэйбл Лейшон обнаружили мертвой в ее доме в городе Ланфэйрпл в ноябре 2001 года.



Следствие полностью восстановило картину происшедшего. Хардман зашел к своей соседке по этажу, 90-летней Мэйбл Лейшон. После недолгой беседы он достал нож и убил старуху. После этого подросток вырезал своей жертве сердце и съел его. Затем он вскрыл вены на ногах пожилой женщины и жадно присосался.

Суд Великобритании приговорил 17-летнего вампира к 12 годам тюрьмы. Правда, сам Хардман по-прежнему отрицает свою вину. Он говорит, что не имеет никакого отношения к совершенному убийству. Студент-художник требует пересмотра дела и вынесения оправдательного приговора. Однако судьи заявили, что решение обжалованию не подлежит, поскольку у следствия есть очень веские доказательства вины задержанного.

Как впоследствии выяснили следователи, Хардман пошел на убийство только с одной целью - попробовать человеческой крови и стать вампиром. Он верил, что таким образом можно обрести бессмертие. Узнать, прав художник или нет, можно только одним способом: дать ему пожизненный срок. Чтобы наблюдать за новоявленным Дракулой в течение долгих столетий.

© «Аномальные новости».

СЕНСАЦИОННЫЕ НАХОДКИ

ШИФР СФИНКСА

Многие слышали о странных и чудесных находках, сделанных на Кольском полуострове профессором МГУ Валерием Деминым.

Менее известно, что этот исследователь шел по следам одного из самых удивительных исследователей прошлого столетия - Александра Барченко, научного руководителя Лаборатории нейроэнергетики Всесоюзного института экспериментальной медицины. Лаборатория занималась проблемами, интересующими всесильную ВЧК.

В 1926 году по личному распоряжению Железного Феликса ВЧК финансировала исследование пещер в районе Бахчисарая. Основной целью экспедиции был поиск следов древних мудрецов, знания которых могли бы пригодиться коммунистическим правителям.

Крымские пирамиды - не близнецы египетских.

В начале 90-х годов в Крыму сделали открытие, показавшее, что Железный Феликс не зря давал деньги для изучения бахчисарайских пещер. Бывший подводник-атомщик капитан первого ранга в отставке Виталий Гох нашел в Крыму... пирамиды, причем по размерам мало отличающиеся от египетских - их высота колеблется от 36 до 62 метров. В течение многих веков эти громадины ускользали от внимания как местных жителей, так и ученых по очень простой причине: все крымские пирамиды, а их сейчас насчитывают 37, полностью занесены землей. Располагаются крымские диковины в четырехугольнике Севастополь - мыс Сарыч - Ялта - Бахчисарай.

Сделал свое открытие отставной капитан случайно. На военной службе он занимался созданием и использованием приборов, помогающих морякам «видеть» сквозь воду. Оперевшись на этот опыт, он создал еще один прибор, но на этот раз «видящий» не то, что движется под водой, а то, что лежит под землей.

Первую в Крыму пирамиду обнаружили, когда искали платину в районе Севастополя: среди археологов ходили слухи, будто в древности здесь проводила тигельную плавку этого драгоценного металла.

Платину не нашли, но неожиданно прибор показал наличие подземных пустот, причем довольно крупных. Первая мысль, которая пришла в голову Гоху, - это остатки древних плавилен. Решили пробить шурф. И на глубине 10 метров показалась первая крымская пирамида, полностью, по самую маковку, занесенная галькой и щебнем.

Крымские пирамиды - не близнецы египетских. Там основанием циклопических строений служит квадрат, здесь - треугольник. Но есть и красноречивое сходство: отношение основания к высоте составляет 1,6 - пресловутое «золотое сечение».

Каково же было изумление и так уже изумленных исследователей, когда возле откопанной севастопольской пирамиды из осыпающейся под лопатами земли начала проявляться... каменная голова сфинкса, поразительно напоминающего своего египетского собрата. На сегодня откопаны только его макушка и лоб, туловище и остальная часть головы погребены под мощным слоем отложений. В теменной части скульптуры обнаружено отверстие, ведущее в сферическую полость диаметром около 10 метров.

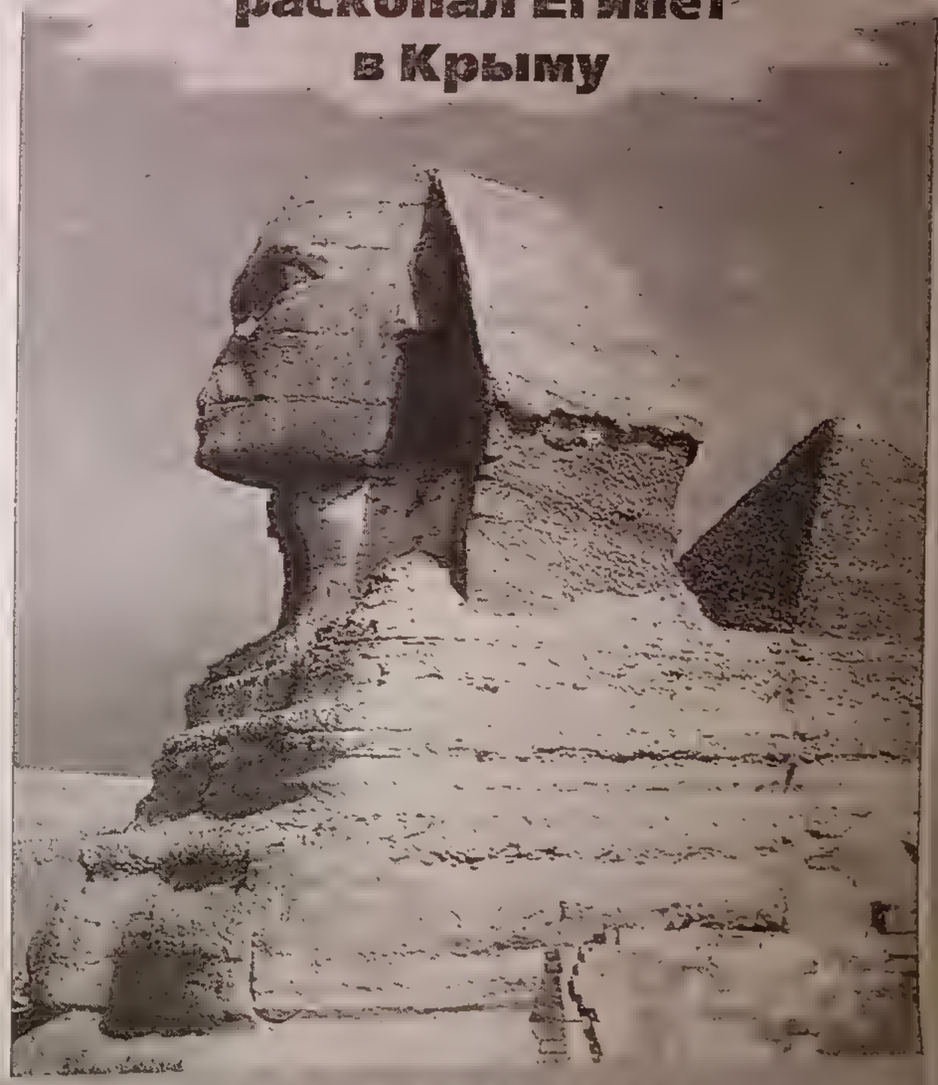
Когда все группы пирамид откопали, Гох обратил внимание: их расположение практически совпадает с магматическими очагами в глубине земли около Ялты, Севастополя, Бахчисарая и давно покинутого города Мангута.

Но вернемся почти на столетие назад. Нашел ли что-то в Крыму тогда, в 20-х годах, Александр Барченко? Не исключено, что, наткнувшись на пирамиды и сфинксов, исследователи изучили их да и засыпали опять - от греха подальше.

Михаил БУРЛЕШИН.

© «Алфавит».

Отставной капитан раскопал Египет в Крыму



МЕГАЛИТЫ - ВРАТА В СТРАНУ ГНОМОВ?

НАС ЗАМЕНЯТ ВИРТУАЛЬНЫЕ КЛОНЫ?

В последнее время во всем мире вошло в моду создавать виртуальные копии живых существ и неодушевленных объектов. Российские ученые разрабатывают глобальную базу данных

© «Алфавит».

МЕГАЛИТЫ - ВРАТА В СТРАНУ ГНОМОВ?

ДЕТИ ПОДЗЕМЕЛЬЯ

Мегалиты - загадочные каменные сооружения, встречающиеся в разных концах земного шара.

Никто пока не может с точностью определить их происхождение. Не так давно на дне Атлантического океана вблизи Багамских островов обнаружили древний мегалитический комплекс. Некоторые из сооружений, как выяснилось, были построены в VIII тысячелетии до нашей эры.

Воображение исследователей давно волнуют скопления каменных шаров в некоторых районах Африки и Южной Америки. Предположительно шарообразные формы служили для концентрации энергии, что требовалось древним жрецам для исполнения магических ритуалов...

Гигантский культовой комплекс находится на северо-западе Франции, в провинции Бретань. Он состоит из гробницы-галереи, могильного кургана, дольмена и полукруга из камней, к которому ведут три аллеи, состоящие каждая из нескольких рядов менгиров. Предание гласит, что эти камни - на самом деле заколдованные воины. Ежегодно в сочельник колдовство на время утрачивает свою силу, и тогда воины оживают и спускаются к воде, чтобы напиться. А наутро вновь превращаются в камень... По заключению археологов, этим мегалитам от 2,6 до 5 тысяч лет.

Между тем существует одно обстоятельство, способное, быть может, приблизить нас к разгадке. Во всех регионах, где расположены мегалиты, бытуют легенды о таинственном «маленьком народце»...

В ирландских и кельтских сагах говорится о племенах карликов-сидов, в древности ушедших под землю, а оттуда в океан на острова Земли Обетованной. Иногда морским путешественникам удается увидеть фантастические города сидов. Это страна Вечной Юности, где время стоит на месте. Путь туда лежит через «каменные холмы». В определенное время года они раскрываются, и оттуда исходит свечение, манящее случайных прохожих. Через холмы-врата люди попадают в замок на острове, стоящий «на ногах из белой бронзы». Проведя в замке будто бы несколько часов и вернувшись назад, они обнаруживают, что на земле за это время миновали годы...

По-адыгейски дольмены носят название «сырп-ун» («дома карликов»). По поверью осетин, в море живет народ карликов - бицента. Они обладают сверхъестественной силой - например, могут взглядом валить деревья.

В точности соответствуют этим сказаниям легенды Полинезии и Австралии, где обнаружено множество древних дольменов, храмов и каналов. Одни говорят, что их строили рыжеволосые боги, вышедшие из океана, другие - что это карлики, спустившиеся с острова Куанхелани. Когда-то, гласит предание, боги построили летучий остров Куанхелани и поселили на нем племя карликов-менехунов...

Последняя версия наиболее любопытна. Дело в том, что менехуны присутствуют во многих полинезийских мифах. Это уродцы с отвратительной внешностью, наделенные необычными способностями: они могут менять обличье, общаться телепатически, гипнотизировать взглядом. Однако к людям менехуны настроены доброжелательно, часто приходят им на помощь.

Увидеть карликов можно лишь с заходом солнца - они боятся солнечных лучей, превращающих их в камень (вспомним бретонскую легенду о каменных воинах!).

Не слишком ли много совпадений?

Инесса ПЕРОВА.

© «Незримая сила».

Куда исчезли карлики?

НАС ЗАМЕНЯТ ВИРТУАЛЬНЫЕ КЛОНЫ?

В последнее время во всем мире вошло в моду создавать лазерные копии живых существ и неодушевленных объектов. Так, британские ученые разрабатывают глобальную базу данных обо всех организмах, живущих на Земле. По предварительным подсчетам, их примерно 100 млн.

Информация о них вплоть до генетических данных будет занесена в компьютеры, но это займет около 25 лет. Возможно, в нынешних неблагоприятных экологических условиях проект поможет спасти отдельные виды от вымирания: не исключено, что в будущем научатся создавать искусственные генетические копии животных и растений.

А в США собираются «клонировать» с помощью компьютера статую Свободы и другие исторические объекты, связанные с символикой США, например Капитолий и мемориальный комплекс горы Рашмор в Южной Дакоте, где выбиты скульптурные портреты четырех президентов - Вашингтона, Джефферсона, Линкольна и Рузвельта. Если какой-нибудь из этих объектов окажется уничтожен (к примеру, в результате теракта), его легко можно будет восстановить по виртуальной трехмерной модели.

ПРОСНУЛСЯ ЗНАМЕНИТЫМ

Везет дуракам и пьяницам - гласит народная мудрость. И подтверждение тому - случай, произошедший с чешским крестьянином Иржи Вондрачеком. Известному на всю округу пьянице собутыльники как-то разбили голову. Целый год мужчина провел на больничной койке, находясь в коме. Врачи совершили невозможное и поставили несчастного на ноги.

Но каково же было их изумление, когда Иржи - необразованный крестьянин - заговорил как рафинированный интеллигент, да еще представился личным адъютантом императора Австрии Франца-Иосифа I, правившего на рубеже XIX-XX вв. Мало того: он настолько подробно описал встречу Франца-Иосифа с канцлером Германии Бисмарком, как если бы лично присутствовал на ней.

Врачи обратились к ученым мужам за разъяснением «странного» поведения больного. Те сопоставили рассказ Вондрачека с архивными документами и выявили их полное совпадение. Теперь ученые ломают голову над этим феноменом, а Иржи не знает, как ему жить дальше: то ли продолжать пить горькую, то ли в интеллигенты податься.

© «Ступени Оракула».

НЕ ДУМАЙ О ПРИМЕТАХ СВЫСОКА

Как нам избежать бытовых неприятностей?

ИМЕЙ В ВИДУ

Каждому из нас хочется, чтобы в жизни у него было как можно меньше бытовых неприятностей.

Как утверждают бывалые люди, для этого есть верный способ: не пренебрегать народными приметами. А вот скептики говорят, что приметы - это не что иное, как отголоски языческих суеверий, и поэтому никак не связаны с реальными событиями. Попробуем разобраться, кто же прав.

В качестве примера возьмем столь далекую страну, как Таиланд, с которой раньше у России практически не было никаких связей.

Хотя происхождение тайских примет теряется в глубине веков, они не утратили своего значения и сегодня, несмотря на нынешний научно-технический прогресс, не миновавший и Таиланд. Если спросить простого таиландца, верит ли он в приметы, тот очень удивится: "Конечно! А как же иначе жить?" И он ничуть не преувеличивает.

В числе примет, предвещающих несчастье, на первом месте стоят змеи, которые в Таиланде встречаются повсюду. Если она переползла вам дорогу - пути не будет. На Руси то же самое относится к черной кошке. Впрочем, тайские мурки тоже фигурируют в местных "несчастливых" приметах: если кошка принесла пять котят - жди беды.

К числу неблагоприятных примет относится, например, сломавшаяся расческа. А по средам ни один таиландец не станет стричь волосы - это дурной знак. Среди русских примет тоже есть связанные с волосами: "Будешь волосы на полу оставлять - голова болеть будет", "Волосы куда попало не разбрасывай - на том свете за каждый волосок отчитываться придется

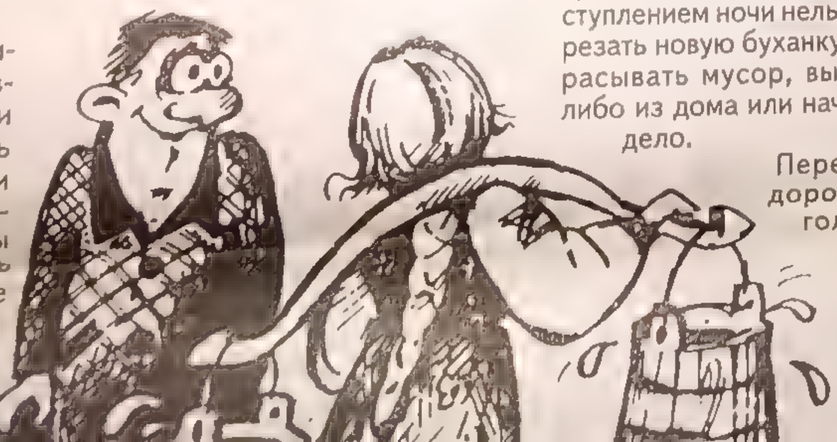
разби-

А вот другое характерное совпадение. Согласно тайской примете, когда подергивается левый глаз, это верный признак, что кто-то о вас говорит. Поминает ваше имя вслух. А это нехорошо. Лучше быть поосторожнее. Но если подергивается правый глаз, то вам повезет! Сравните с русским вариантом: если левое ухо горит - о тебе плохое говорят, а если правое - хорошее. В правом ухе звенит - к доброй вести, в левом - к худой. Их происхождение связано с тем, что в старину на Руси люди верили, будто с правой стороны у человека якобы находится Ангел-хранитель, а с левой - лукавый искуситель. Но таиландцам эти понятия неизвестны, а приметы одинаковые.

Вот другой пример поразительного совпадения. Таиландцы верят в то, что, если перешагнуть через лежащего человека, он перестает расти. И способ "нейтрализации" такого воздействия сходен с нашим: нужно шагнуть в обратном направлении.

Кроме того, в далеком Таиланде полагают, что необдуманные слова, особенно брошенные в сердцах, могут повлечь неприятности, а скоропалительные поступки - окончиться печально. На Руси тоже предупреждали: "Слово - не воробей, вылетит - не поймаешь" и "Поспешишь - людей насмешишь".

Согласно другому тайскому поверью, если девушка поет, сидя за столом, то рискует остаться старой девой. Русская примета гласит: если девица сидит на углу стола, то семь лет не выйдет замуж. А если на подоконнике - то вообще никогда. По тайским приметам с наступлением темноты нельзя дома насвистывать, стричь ногти, подметать пол, смотреться на ночь в зеркало. В старину на Руси тоже были "ночные" приметы: "После заката солнца ни денег, ни вещей в долг не дают - возврата не будет". К тому же с наступлением ночи нельзя было разрезать новую буханку хлеба, выбрасывать мусор, выносить что-либо из дома или начинать новое дело.



Перед дальней дорогой не мой головы - избежишь беды. Смысл тут в том, чтобы уберечь человека от риска про-

чаях каверзы человеку устраивает нечистая сила. На самом деле причина таких "пропаж" в том, что у человека ослаблена энергетика, и поэтому он допускает много промахов, забывает, куда что кладет. Просто с ключами это особенно бросается в глаза. А поскольку каждый из нас подсознательно склонен винить в бытовых неприятностях своих домашних, обстановка в семье накаляется и ссор не избежать.

Это относится и к другой примете: если, возвращаясь домой, споткнешься, - с домашними поссоришься.

Не ешь во время учения - заешь выученное.

Здесь на первый план выступает физиология. Во время еды кровь усиленно поступает к желудку, чтобы обеспечить его активную работу, а не к мозгу; поэтому выученное "заедается", то есть плохо воспринимается и не запоминается. Кстати, именно поэтому после сытного обеда хочется спать.

Зачесалось в ухе - быть дождю.

Это объясняется тем, что пе-

Ищешь, куда ключи подевались - к семейной ссоре.

сил. Причем и те, и другие помогают или, наоборот, вредят человеку через окружающие его в быту вещи, которыми он часто пользуется.

Возьмем такой пример: пустую бутылку на столе не держи - денег не будет.

Эта примета относится к любой пустой посуде, у которой вследствие этого меняется энергетика. Частота ее излучения теперь такова, что, вступая во взаимодействие с биополем, мешает сосредоточиться находящимся поблизости людям. Между тем застольная беседа может иметь большое значение для кого-то из сидящих за столом.

Вытираться вдвоем одним полотенцем - вскоре поссориться.

В более широком плане эта примета относится вообще к использованию одной вещи двумя людьми. Например, нельзя пить из одного стакана. Откусывать от одного куска. Раньше считалось, что в таких случаях чужой человек забирает у владельца часть его энергии и даже может узнать его мысли. На самом деле он, наоборот, может своим излучением изменить энергетику предмета, а это, в свою очередь, отрицательно окажется на биополе владельца.

Надел наизнанку белье или рубашку - будешь битым.

В плане энергетики нижнее белье, в том числе и рубашку, можно сравнить с внешней обкладкой конденсатора. Вместе с кожей она образует электрическую систему, которая способствует накоплению в теле энергии. Если же белье надевается наизнанку

волосы - это дурной знак. Среди русских примет тоже есть связанные с волосами: "Будешь волосы на полу оставлять - голова болеть будет", "Волосы куда попало не разбрасывай - на том свете за каждый волосок отчитываться придется".

Другая примета - разбитая во время подготовки к свадебной церемонии посуда. В этом случае, если не принять мер, семейную жизнь молодым будут портить частые ссоры. А вот на Руси, чтобы не ссориться, молодая жена, входя в дом мужа, должна была разбить тарелку, а затем вместе с мужем переступала через осколки.

либо из дома или начинать новое дело.

Перед дальней дорогой не мой головы - избежишь беды. Смысл тут в том, чтобы уберечь человека от риска простудиться, поскольку перед дорогой все делается в спешке.

Ищешь, куда ключи подевались - к семейной ссоре.

Эта примета относится и к другим личным вещам, тем же очкам. Ее мистическое объяснение заключается в том, что в подобных слу-

выступает физиология. Во время еды кровь усиленно поступает к желудку, чтобы обеспечить его активную работу, а не к мозгу; поэтому выученное "заедается", то есть плохо воспринимается и не запоминается. Кстати, именно поэтому после сытного обеда хочется спать.

Зачесалось в ухе - быть дождю.

Это объясняется тем, что перед дождем атмосферное давление понижается, а барабанная перепонка играет в ухе ту же роль, что и мембрана в барометре: она немного изгибается. От этого и чешется в ухе. Причем данная примета существовала еще в Древнем Риме.

А вот с "предметными" приметами дело обстоит сложнее. Наши предки верили, что очень многое в нашей повседневной жизни зависит от добрых и злых

это, в свою очередь, отрицательно окажется на биополе владельца.

Надел наизнанку белье или рубашку - будешь битым.

В плане энергетики нижнее белье, в том числе и рубашку, можно сравнить с внешней обкладкой конденсатора. Вместе с кожей она образует электрическую систему, которая способствует накоплению в теле энергии. Если же белье надевается наизнанку, нарушается ее сложившаяся целостность, и в результате наш организм оказывается ослабленным. Из-за этого человек будет делать ошибки. С другой стороны, если вы надели что-то наизнанку, значит, психологически вы не собраны. Поэтому будете допускать промахи, за которыми последует наказание.

Сергей СЕМЕНОВ.
© "Незримая сила".

ИСПОВЕДЬ

"Поженились мы с мужем Вячеславом в 1985 году. Первые три года безоблачного счастья промчались как одно мгновенье. С рождением двойняшек-мальчиков что-то надломилось в нашей жизни. Муж начал вести разгульный образ жизни. Пьянство, гулянки, измены стали для Славы нормой. Бывало, он на несколько дней оставался у одной из своих подружек. Мои уговоры не ломать нашего счастья ни к чему не приводили. Поначалу супруг раскаивался, плакал, убеждал меня, что сможет все наладить. Но проходило две-три недели, и все повторялось вновь. В глубине души я чувствовала свою вину за поведение мужа. Во-первых, я изменяла ему перед свадьбой, хотя он не знал об этом. Во-вторых, сама я очень властная по своему характеру, работаю завучем в школе. Муж, наоборот, мягкий, податливый человек. Из-за моего бесцеремонного поведения он опрокидывал рюмку за рюмкой. Я пыталась себя переделать, но безрезультатно. Словно дьявол вселился в меня. Мне было жаль мужа, ведь отдала ему лучшие годы. Однажды незнакомая старушка сказал мне: - "У тебя, доченька, порча. От нее, проклятой, все беды..." У нас поселок маленький, все друг друга знают. Поэтому я написала письмо парапсихологу Владимиру Николаевичу Мальцеву. Только он, находясь за сотни километров, смог вернуть прежнюю радость в наш дом...

Елена Сергеевна, Иркутская область".

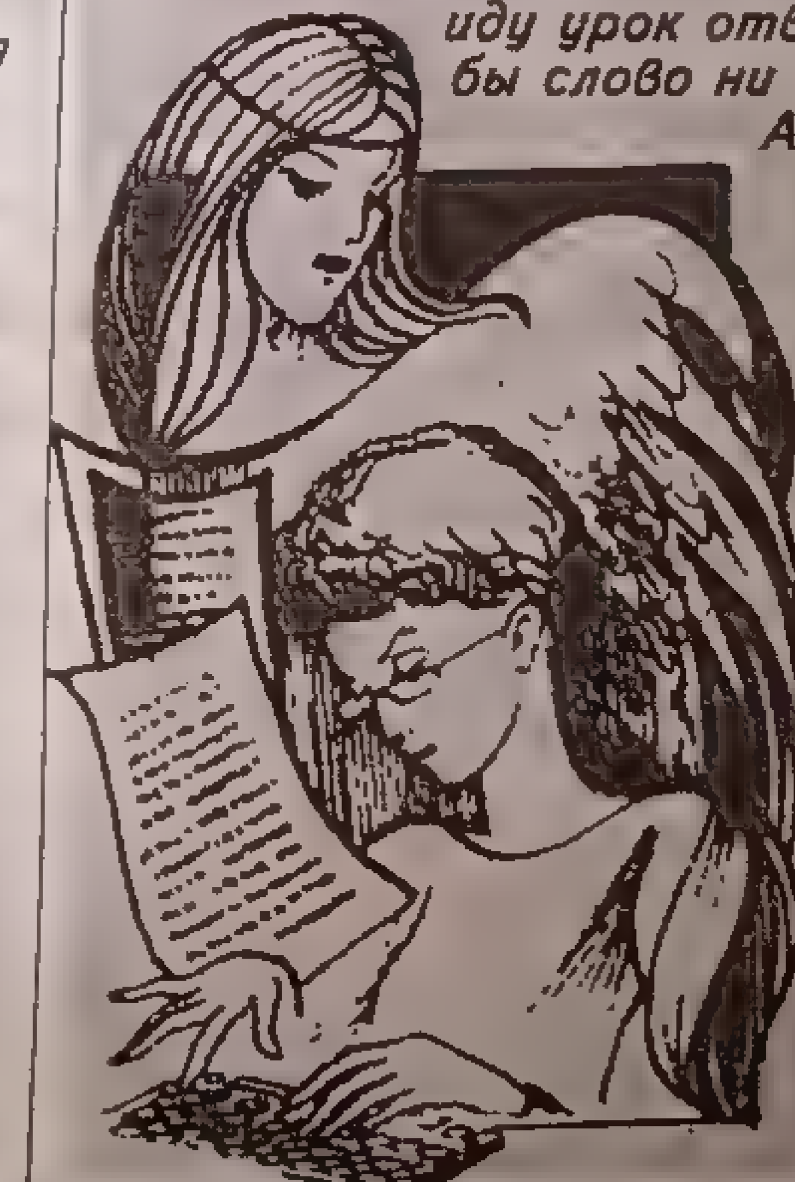
Парапсихолог В.Н.Мальцев снимает порчу, исправляет судьбу, убирает венец безбрачия, исцеляет от пьянства, недугов, лишнего веса. Если вам нужна помощь, напишите о своей беде по адресу: 344015, г.Ростов-на-Дону, а/я 5096 "Р", Мальцеву Владимиру Николаевичу. Тел. 8(8632)-991510. Укажите в письме печатными буквами свои фамилию, имя, отчество, возраст, почтовый индекс и подробный адрес.

Св.№8722 СР.
На правах рекламы.

ШЕПОТОЧКИ

СДАЮЩЕМУ ЭКЗАМЕН

1. Читать перед входом к экзаменаторам три раза, не давать переписывать со своего листка: ***"Как светло воскресенье, так и голова моя светла. Как любит меня матушка, как любит меня батюшка, дедушка и бабушка, как они меня всегда лелеяли и жалели, так бы и вы меня, мои учителя, пожалели. Аминь".***



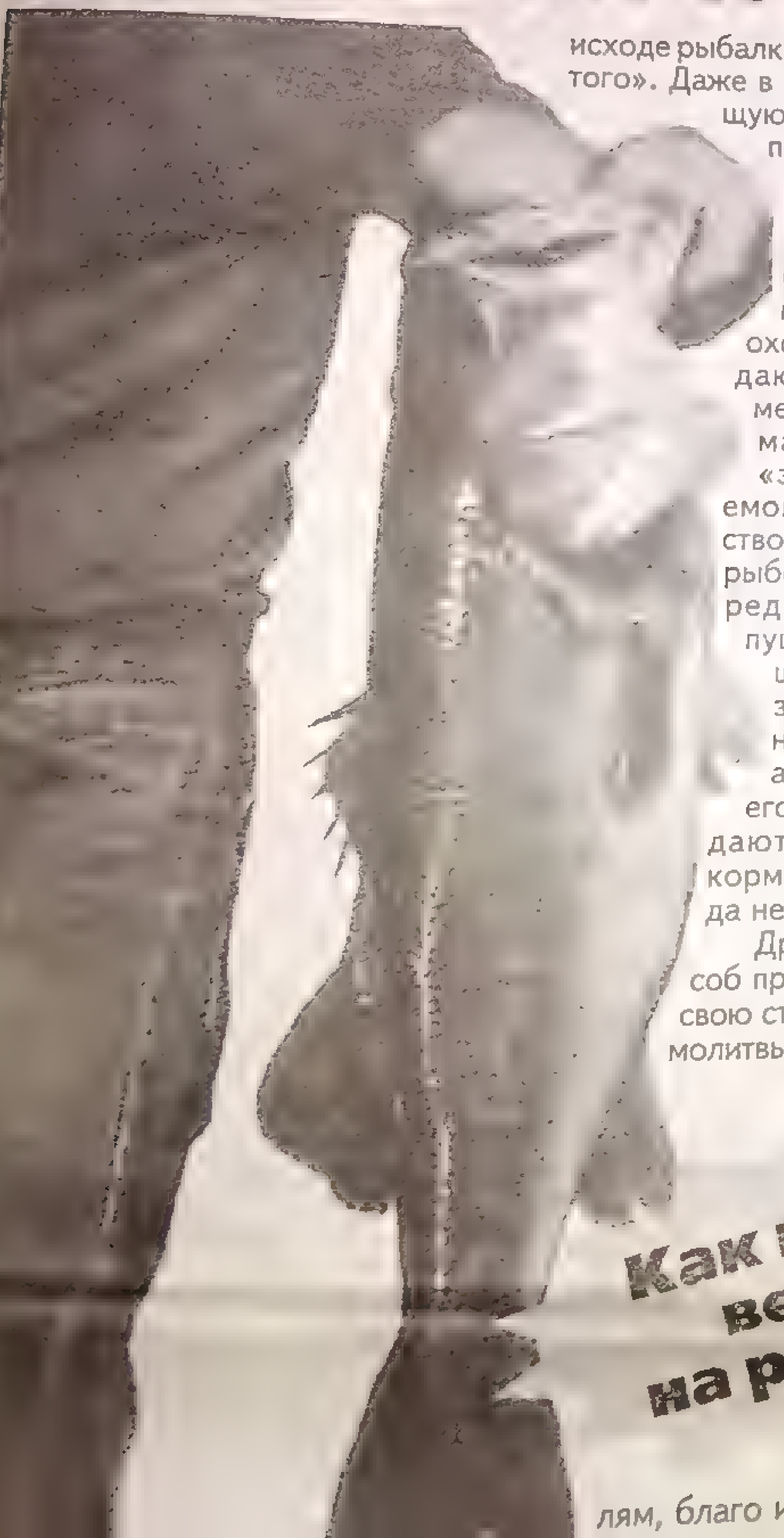
2. Читать, когда идешь на экзамены: ***"Я в бурсу иду урок отвечать, знания защищать. Какое бы слово ни сказал, все бы похвалу получал. Аминь".***

3. Встряхивают трижды ту одежду, в которой идут на экзамен, и говорят: ***"Кто за Господом шел, его учениками стали. И я иду за Господом. Господи, пошли мен удачу в учении во имя Отца, и Сына, и Святого Духа. Аминь".***

ЧТОБЫ С РАБОТЫ НЕ УВОЛИЛИ

Принесите из дома водички, которая три дня отстояла у вас в ногах постели, и, зайдя на работе в туалет, умойтесь ею, говоря при этом: ***"Был(а) тут, тут я и буду, ходил(а) сюда и ходить буду. Аминь".***

ЛОВИСЬ, РЫБКА, БОЛЬШАЯ И МАЛЕНЬКАЯ!



исходе рыбалки за много дней «до того». Даже в самую не подходящую для этого занятия погоду все его мысли вдали от дома - возле реки, у жаркого костра. А наиболее страстные поклонники рыбной охоты не только предаются прекрасным мечтам, но и поднимают бокалы за «здравие» водоемов. Так, на Рождество у приднепровских рыбоудов принято перед борщом с пампушками провозглашать тост: «Выпьем за Днепр, чтобы он не гневался на нас, а мы не гневили его!» Тем самым они дают понять своему кормильцу, что никогда не забывают о нем.

Другой верный способ привлечь везение на свою сторону - возносить молитвы рыбацким покро-

Как привлечь везение на рыбалке?

вите-

лям, благо их аж трое. Один

стухом. Согласно поверьям, он очень зорко следит за своим «стадом» и может запросто, рассердившись, устроить какую-нибудь пакость - не пустить стаю в сети или наказать за ловлю рыбы ночью. Зато «законопослушного гражданина» щедро награждает немалым рыбным «урожаем».

Конечно, сегодня мало кто из рыбаков верит в существование водяного, но идти наперекор традициям не каждый отважится, тем более что бдительный «начальник» требует не так уж много - бросить первую пойманную рыбешку обратно в воду, только и всего. По сути, очень гуманное жертвоприношение, так ведь?

Рыба счет не любит

Перед тем как забросить удочку, старательный рыболов обязательно поплюет на червячка, пошептав: «Ловись, рыбка, большая и маленькая!» А иной при этом еще и «заговор» прочтет: ***«Рыба свежа, наживка сальна, клюнь да подерни, ко дну тяни!»***

«Всякая рыбка хороша, коль на удочку пошла», - гласит поговорка. Так-то оно так, но только если речь идет не о первой пойманной рыбешке. По ней, родимой, определяется дальнейший ход рыбалки. Хуже нет, когда первым вытягивают ерша: быть промыслу бедным. Кроме того, первую добычу внимательно осматривают на предмет ее «половой принадлежности». Коли попадется «самка», сезон окажется богатым на «урожай», а вот «самец», увы, предвещает пустые сети.

СПАСИ И СОХРАНИ

Рубрику ведет нижегородский народный целитель Орест Парпалак

КАЖДЫЙ ИЗ НАС И УЧЕНИК, И УЧИТЕЛЬ

«Несколько месяцев назад мой друг познакомил меня с одной девушкой, которая оказалась довольно приятной в общении. Мы с ней подружились. Но, несмотря на то, что у нас с Леной много общих интересов, в последнее время я чувствую себя рядом с ней некомфортно: она улыбается, а я прямо-таки ощущаю, как она меня ненавидит.

Боюсь, не навела бы она на меня какую-нибудь порчу! Может быть, это только плод моего воображения и я напрасно наговариваю на хорошего человека? А просто так взять и сказать ей, что меня тяготят встречи с ней, я не решаюсь...»

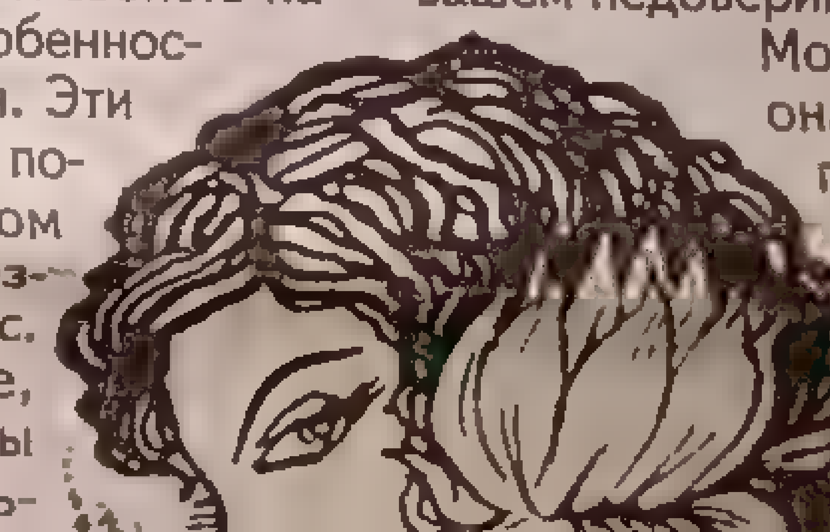
Раиса Н., Дзержинск.

Уважаемая Раиса!

Любые встречи, происходящие в жизни, не случайны и призваны обратить наше внимание на те или иные стороны нашей натуры, показать сферу приложения сил для самосовершенствования. Причем это процесс обоюдный, потому что под нашим влиянием происходят изменения в душе и того человека, с которым мы часто и плотно общаемся.

Естественно, что в первую очередь мы привлекаем к себе именно тех людей, которые своим отношением и поведением смогут дать нам богатые возможности для изменения тех или иных свойств нашей природы или особенностей мировосприятия. Эти люди могут быть как похожи на нас складом характера, так и резко отличаться от нас.

В вашем случае, по всей видимости, вы встретили приятель-



сированной энергетикой, поэтому вы и ощущаете некоторый дискомфорт при общении с ней).

Вы человек нерешительный, пассивный, склонный пускать обстоятельства по течению волн, что отчасти вызвано вашей собственной духовной ленью. Подружившись с этой девушкой, вы добровольно вверили себя вот этому самому вольному течению событий, потому что в некоторой степени вас это вполне устраивает. Однако подсознательно вы ощущаете довольно сильное сопротивление такому сценарию ваших отношений, что и выразилось в вашем недоверии к приятельнице.

Могу вас успокоить, она ничего не имеет против вас персонально, просто если она своим поведением [illegible] вольно учит за[illegible] вырабатывать собственное

Как привлечь везение на рыбалке?

ПОПРОБУЙ САМ

То, что рыбаки всех мастей - народ ужасно суеверный, давным-давно стало притчей во языцех.

И правда, разве не занимательно, что чуть ли не каждый свой шаг они сверяют с приметами? Еще дома, собираясь на промысел, бывалый рыбак не упустит из виду ни одной детали, которая может так или иначе повлиять на ход дела. Ведь порой одно не кстати оброненное супругой слово (например, пожелание успешной ловли) способно в два счета свести на нет все многодневные старания и приготовления.

Однако это еще полбеды. Для рыбака нет ничего страшнее другой приметы: если по дороге на рыбалку первой ему встречается женщина. В этом случае, говорят профи, можно сразу поворачивать оглобли назад. Есть только одно средство супротив подобного несчастья: постегать дамочку прутиком, понарошку, конечно же. Но это, как вы понимаете, совсем не по-джентльменски. Вот и приходится выбирать: то ли отправляться домой несолоно хлебавши, то ли все же идти на рыбалку, полагаясь на извечное «авось»...

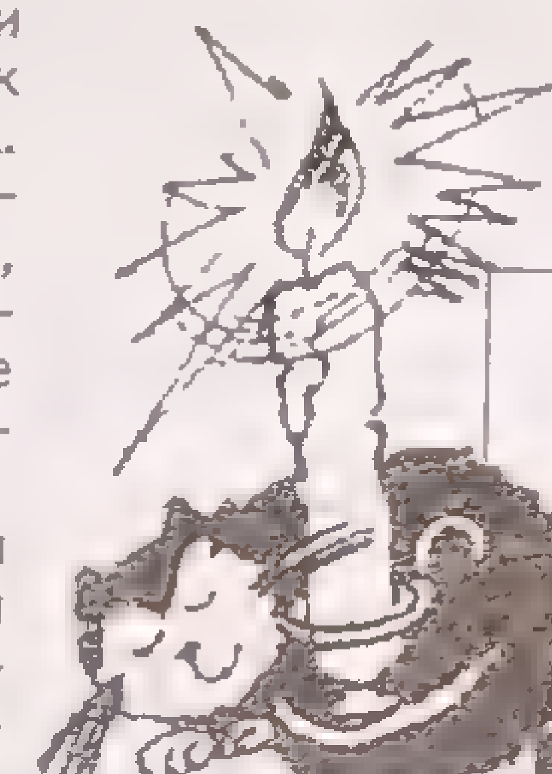
Маленькие хитрости

Предусмотрительный рыболов всегда думает о счастливом

...вителям, благо их аж трое. Один из них - святой Петр - не щадя живота своего «принимает» просьбы простых трудящихся в любое время дня и ночи. Но чаще всего рыбаки обращаются к нему в день его именин - 12 июля, заказывая святому молебен и жертвуя на мирскую свечу, которую обычно ставят в храме к иконе святого угодника.

А 19 декабря бьют челом другому своему покровителю - апостолу Николаю. В иных местах даже, дабы на веки вечные заручиться его поддержкой, возле водоемов специально возводят храмы в его честь.

Еще один рыбацкий «патрон» - Алексей, Божий человек, прославившийся тем, что в свое время переплыл море в решете. В его день, 30 марта, прядут несколько ниток для сети, чтобы в них всегда ловилась рыба.



Пересчитывать рыбу во время ловли - совсем никуда не годится: в этом случае с клевом можно попрощаться.

Я водяной, я водяной, никто не водится со мной...

Впрочем, до неба высоко, до святых далеко, а речка - вот она, рядом, блестит, переливается на солнышке и манит своими «сокровищами». Но суеверные рыбаки не торопятся забрасывать удочку или сети, не ублажив прежде хозяина водоема - водяного. Этот суровый пресноводный обитатель в старину слыл рыбьим па-

...рыбешке. По ней, родимой, определяется дальнейший ход рыбалки.

Хуже нет, когда первым вытягивают ерша: быть промыслу бедным. Кроме того, первую добычу внимательно осматривают на предмет ее «половой принадлежности». Коли попадется «самка», сезон окажется богатым на «урожай», а вот «самец», увы, предвещает пустые сети.

Пересчитывать рыбу во время ловли - совсем никуда не годится: в этом случае с клевом можно попрощаться. Да и с прикормленным косяком, кстати, тоже - покинет он эти края, как пить дать покинет.

Вообще рыба, уверяют знающие люди, отлично ведает, что творится на берегу, даром что ходит под водой. И если где-то рядом прольется чья-то невинная кровь или случится самоубийство, ранимое речное «население» снимется с этих мест и «сделает ручкой» - на несколько лет, а то и навсегда. Так-то!

Кушать подано

Свои правила существуют и в отношении пойманной, разделанной и даже поданной к столу рыбы. Так, если перед вами призывно разложены на блюде сельдь, сардина или треска, не спешите хватать самый лакомый кусочек, а начинайте-ка с хвоста, и никак не иначе. А пойдете на поводу у своего аппетита - можете проститься с надеждой хотя бы еще раз выловить ту же селедку вкупе с треской и сардинкой: ранимые создания разобидятся и уйдут с «насиженного» места куда глаза глядят. Правда это или нет - поди разузнай. Однако ежели учесть, что большинство из нас поступают супротив этой приметы, возможно, именно поэтому рыбы в наших водоемах становится все меньше и меньше...

Владимир СУПРУНЕНКО.

© «Ступени Оракула».

...шением и поведением смогут дать нам богатые возможности для изменения тех или иных свойств нашей природы или особенностей мировосприятия. Эти люди могут быть как похожи на нас складом характера, так и резко отличаться от нас.

В вашем случае, по всей видимости, вы встретили приятельницу, которая при всей своей похожести, тем не менее в некотором отношении проявляет себя диаметрально противоположно вам. Вспомните такие моменты: вы с ней решаете, на какой фильм пойти - комедию или боевик... Ваша подруга быстро принимает решение за вас обеих, и вы идете на комедию....Хотя вам, честно говоря, хотелось посмотреть новый боевик, но у вас не хватило решимости да и энергии возразить своей безапелляционной подружке. Или вам никак не удается пресечь ее попытки затащить вас в далеко не симпатичную вам компанию, где приходится терпеть общество занудливых и напыщенных типов... Уверен, что вы и сами припомните не один подобный эпизод в ваших отношениях.

Вся проблема заключается не в порче или сглазе (ваша приятельница, впрочем, обладает довольно сильной, но несбалан-

...щаете довольно сильное сопротивление такому сценарию ваших отношений, что и выразилось в вашем недоверии к приятельнице.

Могу вас успокоить, она ничего не имеет против вас персонально: просто если она своим поведением невольно учит вас вырабатывать собственное мнение и учиться его отстаивать, то вы, в свою очередь, учите ее более пластичному восприятию жизни, умению приспосабливаться, чего она всегда была лишена.

То есть то, что каждая из вас воспринимает как крупный недостаток, на самом деле совершенно необходимое качество для другого, которому необходимо научиться. А уроки не всегда даются легко и просто. Отсюда и напряжение, которое, уверен, ощущается вами обеими. Постарайтесь не подозревать приятельницу в недобрых намерениях, отнеситесь к ней как к ученику, который несколько неловко и неуклюже пытается выучить очередной жизненный урок, который ему преподносите вы.

И тут же вспомните, что каждый из нас в этой жизни и учитель, и ученик одновременно.

Подготовила Э.ГАРИПОВА.

ГАДАНИЕ НА ГОРОХЕ

Несколько, может быть, наивное, но очень простое и доступное гадание. Оно может выручить, когда под рукой нет других средств. Вероятность угадывания - до 75 процентов.

Итак, нужно сформулировать вопрос таким образом, чтобы ответ на него мог быть только однозначным: «да» или «нет». Затем засунуть левую руку в мешочек (пакет) с горохом и взять столько горошин, сколько возьмется в горсть. Сосчитать горошины (если хотя бы одну из них уроните, вынимая руку, гадание недействительно - ищите другой способ узнать ответ на интересующий вас вопрос).

Если окажется, что число горошин нечетное - «да», и наоборот. Для того чтобы желание сбылось, те горошины необходимо съесть, а чтобы не свершилось - выбросить впереди себя левой рукой на оживленном перекрестке.

Бросьте кости в круг желаний

Испанское гадание XVIII века приоткроет тайны вашего будущего

Звезды шепчут

Для гадания начертите на чистом листе бумаги круг размером с чайное блюдце.

Затем возьмите 10 сухих цитрусовых косточек (лимона, апельсина, мандарина, грейпфрута) в правую руку, задайте один из 12 перечисленных ниже вопросов и бросьте косточки в круг.

Те, что окажутся в круге с номером 2 (незаштрихованном), дадут ответ на ваш вопрос. Например, вы задали вопрос № 1, и в круг попало 5 косточек, значит, ответ надо искать под вопросом № 1 за цифрой 5. Косточки, не попавшие ни в первый (заштрихованный сектор), ни во второй (незаштрихованный сектор), сообщают о том, что у вас есть враги, скрывающиеся под личиной друзей.

Те, что попали ближе к центру, т.е. к кругу № 1 (заштрихованному сектору), свидетельствуют: полученный ответ может изменить непредвиденную ситуацию или неожиданные обстоятельства, о которых вы даже не подозреваете. Косточки, попавшие в сектор № 1 (заштрихованный), говорят о тайном коварстве и агрессивных намерениях вашего друга и предупреждают о необходимости быть более наблюдательной (ым) и менее доверчивой (ым).

Уяснив общие правила гадания, далее читайте конкретные ответы на вопросы. Вопросов задать мож-

зят. 8. Вы зачем-то будете скрывать друг от друга взаимную любовь. 9. Получив желаемое, вы скоро начнете искать острые ощущения на стороне. 10. Отношения будут складываться так необычно и странно, что вызовут сомнения и вопросы: а взаимна ли ваша любовь?

3. Искренна ли любовь моего избранника?

1. Ваш избранник - человек верный и надежный, искренне любящий вас. 2. Вы внезапно узнаете, что ваш избранник - хитрый лжец. 3. Ваш избранник будет увлечен вами недолго, у него есть тайная любовь - опасайтесь соперничества. 4. Обещания и желания вашего друга окажутся переменчивыми, он мудрец в искусст-

лочей и расстанетесь навсегда. 2. Ваша любовь скоротечна, вы быстро наскучите друг другу. 3. Не верьте обещаниям друга, он много наговорит, но мало сделает. Его любовь - это мимолетное увлечение. 4. Вас ожидает долгая любовь и взаимопонимание. 5. Вас ожидают спокойные, ровные отношения, и лишь несчастный случай может разлучить вас. 6. Вас ждет любовь и взаимопонимание, но в вашу жизнь могут вмешаться злые чары. 7. Опасайтесь тщательно скрываемой ревности. 8. Все прошлые неприятности неожиданно обернутся страстной любовью, и надолго. 9. Не верьте любовным обещаниям друга, он вскоре увлечется другой особой. 10. Ваш избранник давно уже неве-

пех. 5. Смело идите намеченным путем и сможете быстро освободиться от такого кавалера. Вам улыбнется фортуна. 6. Хитрость и ловкость помогут избавиться от вашего "избранника". 7. Его уведет ваша подруга - радуйтесь! 8. Не отчаивайтесь, иначе не получите ничего. Держите

себя в руках, и намерения осуществятся без преград. 9. Увидите вещий сон, сделайте так, как он подскажет, - в этом ваше избавление. 10. Правильный выход укажет интуиция, воспользуйтесь ее советами.

7. Встретимся ли мы еще после ссоры?

1. Встретитесь, но не слишком скоро. 2. Встреча после ссоры более прежнего укрепит вашу любовь. 3. Все обернется к лучшему, но избегайте в дальнейшем ссор и разногласий. 4. Нелепая ссора серьезно осложнит ваши будущие взаимоотношения. 5. Ссора для вас - лишь небольшое препятствие,

ваша беда. 6. Претерпите сглаз и наговоры, прежде чем исполнится заветная мечта. 7. Вы очень скоро все получите. 8. Желание ваше сбудется беспрепятственно. 9. Напрасно стремитесь получить желаемое, судьба вам улыбнется не скоро. 10. Мужайтесь: то, к чему стремитесь, о чем мечтаете, превратится в прах.

10. Как достичь счастья?

1. Будьте терпеливы и мудры, и тогда достигнете счастья, хоть и не скоро. 2. Вас ждет неудача там, где потеряете деньги. Не будьте слишком доверчивы. 3. Не разбрасывайтесь по мелочам, сосредоточьтесь на главном 4. Вам угрожает бедность, а причина тому - вы сами. Копите деньги на черный день. 5. Счастье обретете, если будете уверены в своих силах. 6. Получите много коварных подарков судьбы, а счастье, увы, далеко. 7. Будьте разумны и умеренны в действиях, ибо всякую чашу можно переполнить. 8. Ваше счастье - в вашей смекалке и интуиции, слушайтесь внутреннего голоса. 9. Серьезная помеха вашему счастью - безразличие. 10. К чему душа лежит, то и составит ваше счастье, и не ищите большего.

11. Что станет роковой ошибкой?

1. Безволие, доверчивость и невнимание, которыми воспользуются люди из вашего окружения. 2. Ваши взаимоотношения и то, чего достигли ранее, погубят двуличие и фальшь. 3. Доверительный разговор с притворно участливыми знакомыми. Избегайте сомнительных отношений. 4. На ваше желание [illegible]

...ситуацию или неожиданные обстоятельства, о которых вы даже не подозреваете. Косточки, попавшие в сектор № 1 (заштрихованный), говорят о тайном коварстве и агрессивных намерениях вашего друга и предупреждают о необходимости быть *более наблюдательной (ым) и менее доверчивой (ым).*

Уяснив общие правила гадания, далее читайте конкретные ответы на вопросы. Вопросов задать можно столько, сколько вы захотите. Гадание предназначено как для женщин, так и для мужчин.

Вопросы и ответы

1. Каковы будут мои любовные отношения с...

1. Причиной разочарования станет ваша собственная ревность. 2. Ваш кавалер желает предложить вам руку и сердце. 3. Множество обид станет причиной слез. 4. Очень выгодные отношения, а любви совсем чуть-чуть. 5. Вас ожидает взаимная месть за иллюзорную любовь и измену. 6. Ваши отношения станут причиной сглаза, не доверяйтесь никому, с кем придется общаться. 7. Ваша любовь потерпит крах, а помогут этому ваши завистники. 8. Вас ожидает знакомство с очень богатым и влиятельным человеком. 9. Оставайтесь с тем, кого любите, и будьте искренни. 10. Вы избавитесь от соперников в любви.

2. Есть ли препятствия, соперники, опасные завистники в любви?

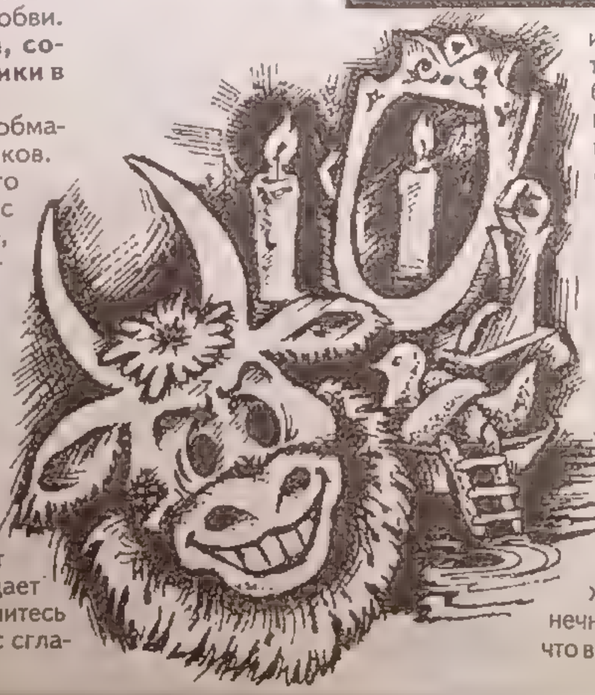
1. Вас ожидают измены и обманы, зависть опасных соперников. 2. Придется пережить много сплетен, распространяемых с тайным умыслом. 3. Узнаете, что ваша любовь слепа - будете обмануты, и не раз. 4. Любовь ваша будет взаимной, оставьте сомнения. 5. Вам предстоит борьба с соперниками, желающими убить вашу любовь, - для этого они готовы пойти на все. 6. Вас ожидают фальшивые отношения и притворная любовь, такими ваши отношения сделают опасные друзья. 7. Вас ожидает искренняя любовь, но сторонитесь близких знакомых - они вас сглаза вашему *счастью - безразличие.* 10. К чему душа лежит, то и составит ваше счастье, и не ищите большего.

3. Искренна ли любовь моего избранника?

1. Ваш избранник - человек верный и надежный, искренне любящий вас. 2. Вы внезапно узнаете, что ваш избранник - хитрый лжец. 3. Ваш избранник будет увлечен вами недолго, у него есть тайная любовь - опасайтесь соперничества. 4. Обещания и желания вашего друга окажутся переменчивыми, он мудрец в искусстве обмана. 5. Услышите много обещаний, которые заставят вас поверить словам вашего избранника. Помните: он хитрый обольститель! 6. Ваш избранник будет искренен в любви и останется таким - вас ждет счастье. 7. Вас будут сильно любить, не верьте никаким слухам - они ложные. 8. Если поверите вашему другу, как себе, любовь ваша будет безоблачной. 9. Сомневаясь в любви вашего друга, убьете чувство, горящее в его сердце. 10. Желаемого в любви добьетесь ласковым и нежным отношением к своему другу, избегайте обмана.

4. Что внезапно изменится в моих любовных отношениях?

1. Вы поссоритесь из-за мелочи, спокойные, ровные отношения, и лишь несчастный случай может разлучить вас. 6. Вас ждет любовь и взаимопонимание, но в вашу жизнь могут вмешаться злые чары. 7. Опасайтесь тщательно скрываемой ревности. 8. Все прошлые неприятности неожиданно обернутся страстной любовью, и надолго. 9. Не верьте любовным обещаниям друга, он вскоре увлечется другой особой. 10. Ваш избранник давно уже неверен вам, но узнаете вы об этом случайно. Вас ждет серьезное разочарование.



5. Что впереди: верность или разлука, любовь или ненависть?

1. От любви до ненависти один шаг - вы расстанетесь надолго. 2. Ваш избранник не покинет вас, но путь к взаимопониманию и счастью будет долгим. 3. Поймете, что рядом с вами оказался никчемный и несовместимый с вами человек. 4. Вы нежданно-негаданно получите гораздо больше, чем ожидали. 5. Намерения вашего избранника корыстны: он будет заинтересован в ваших деньгах, а не в вас. 6. Вы случайно узнаете о чрезвычайной скупости вашего избранника, он за копейку готов и вас продать. 7. Любви не было и не будет, не верьте вашему избраннику - он коварен и опасен для вас. 8. Скоро ваши отношения изменятся к лучшему, вас ждет счастье. 9. Вы будете искренне и страстно любимы. 10. Ваш избранник будет сомневаться в вас долго и всерьез.

Столкнетесь с кознями недоброжелателей, но желание ваше сбудется.

6. Удастся ли избавиться от навязчивого друга?

1. Постепенно при помощи подсказки внутреннего голоса вы сделаете это. 2. Ваш кавалер окажется хитрее вас и добьется того, чего желает. 3. Вас ждет новая любовь, она-то и спасет положение. 4. У вас впереди - бесконечные проблемы, несмотря на то что вам кажется, что вас ожидает ус-

скажет, - в этом ваше избавление. 10. Правильный выход укажет интуиция, воспользуйтесь ее советами.

7. Встретимся ли мы еще после ссоры?

1. Встретитесь, но не слишком скоро. 2. Встреча после ссоры более прежнего укрепит вашу любовь. 3. Все обернется к лучшему, но избегайте в дальнейшем ссор и разногласий. 4. Нелепая ссора серьезно осложнит ваши будущие взаимоотношения. 5. Ссора для вас - лишь небольшое препятствие, она не страшна. 6. Вряд ли после нее вы сможете сохранить былые отношения. 7. Вы расстанетесь и будете сожалеть об этом. 8. После ссоры вы найдете новую любовь, а о "старой" и не вспомните. 9. Встретившись вновь, вы так ни о чем и не договоритесь. 10. Впереди вас ждет счастье.

8. Кто мой избранник?

1. В действительности он - ревнивый гуляка, и вы скоро об этом узнаете. 2. Будьте внимательны: ваш друг может ограбить вас. 3. Все в вашем избраннике окажется фальшью и ложью. 4. Громом среди ясного неба станет известие, что избранник ваш любит другую. 5. Ваш избранник скроет от вас свои чувства, о его истинных привязанностях узнаете неожиданно. 6. Приглядитесь хорошенько к вашему другу: вы любимы, и счастье ваше не переменится. 7. В своем избраннике вы будете открывать все больше и больше достоинств - он верный и надежный спутник в жизни. 8. Убедитесь наконец-то, насколько обманчива внешность вашего друга. 9. Взгляды вашего избранника переменит роковая случайность, но будет это очень не скоро. 10. Отвратительные качества вашего избранника, которые он долго скрывал, станут причиной разочарования и серьезной болезни.

9. Исполнится ли заветное желание?

1. Ваше желание исполнится, но принесет множество неожиданных неприятностей. 2. Столкнетесь с кознями недоброжелателей, но желание ваше сбудется. 3. Не тешьте себя иллюзиями: чего хотите, то не исполнится. 4. Ваша мечта сбудется после немалых испытаний. 5. В исполнении вашего желания -

11. Что станет роковой ошибкой?

1. Безволие, доверчивость и невнимание, которыми воспользуются люди из вашего окружения. 2. Ваши взаимоотношения и то, чего достигли ранее, погубят двуличие и фальшь. 3. Доверительный разговор с притворно участливыми знакомыми. Избегайте сомнительных отношений. 4. На ваше желание сделать доброе дело отплатят злом - здесь-то вы и споткнетесь. 5. Отчаяние и глубокая душевная тоска завладеют вами в самый неподходящий момент. 6. Если сможете избежать необдуманных решений - не ошибетесь. 7. Все разрушит обман. 8. Пренебрежение собственным предчувствием. Как только опасность приблизится, прислушайтесь к себе. 9. Чрезмерная агрессивность, капризы и тщеславие принесут вам несчастье. 10. Берегите достигнутое благополучие, помните, что от добра добра не ищут.

12. Правда ли то, что говорят о моем избраннике?

1. Прислушайтесь к тому, что вам сообщат, - эта информация пригодится в будущем. 2. Ваши недоброжелатели затеют склоки и сплетни. Вашей любви серьезно навредит сглаз. 3. Доверяйте, но проверяйте - всё (люди, события, вещи) может оказаться подвохом. 4. Завистники захотят разлучить вас, не верьте никому. 5. Если поверите услышанному, потеряете вашего друга навсегда. Все вести будут искажаться со злым умыслом. 6. Недоброжелатели сплетут сеть интриг и наговоров вокруг вашего избранника. Вас же будут убеждать, что все это правда. Будьте наблюдательны и проницательны. 7. После получения новостей присмотритесь хорошенько и к вашему другу, и к вашему окружению, но не верьте сразу услышанному, каким бы убедительным оно вам ни показалось. 8. Какая гнусная ложь! 9. Все истинные новости вам сообщат интуиция и внутренний голос, прислушайтесь к ним. 10. Одна известная вам особа наконец-то расскажет вам всю правду.

Илона КОВАЛЬСКАЯ.

© "Тайная власть".

ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТАЙНЫ ЧУДЕСА

ПОКА МЫ ВЕРИМ В ЧУДО, МЫ ЖИВЕМ

№14 (190)

2003 г.

ПОНЕДЕЛЬНИК

Приговор смерти

Стр. 5

«ИНОПЛАНЕТЯНЕ ДОБЫВАЮТ НАШ СВИНЕЦ?»

В уссурийской тайге найден этому 100-процентный вещдок. Какой?

Стр. 8

«ДВЕ ЖИЗНИ ДАРЬИ ДОНЦОВОЙ»

Как жуткий диагноз «сделал» из обычной женщины российскую Агату Кристи?

Стр. 4

Стр. 5

Коллажирин МАЛЬЦЕВОЙ

Неужели старость – это просто заболевание, поддающееся лечению?

Как жуткий диагноз «сделал» из обычной женщины российскую Агату Кристи?

Стр. 4

«МЕРТВАЯ НЕВЕСТА... ПО НАСЛЕДСТВУ»

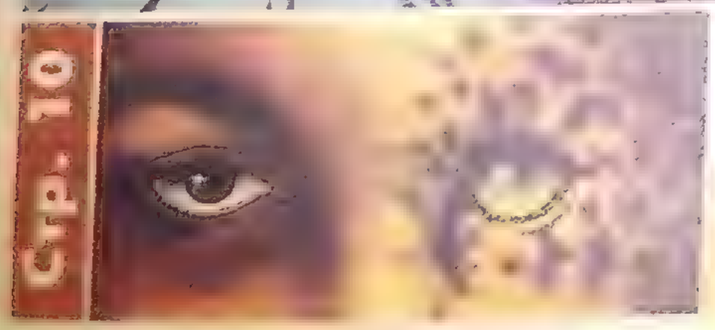
Это исповедь двух сумасшедших братьев или жертв исчадия ада в женском обличье?

Стр. 2

«РОССИЯ ПОЛЕТИТ НА МАРС ОДИН?»

Каким будет корабль и сможет ли он вернуться?

Стр. 3



Стр. 10

«СДЕЛАЙТЕ ИЗ МЕНЯ... ВОЛЧИЦУ»

За 600 долларов вам нарастят рожки, превратят в ящерицу... Но надо ли дергать природу за хвост?

ВЛАСТЕЛИНЫ НОЧИ

"Мертвые только днем мертвы, а ночи им принадлежат, и эта луна, поднимающаяся по небу, - их солнце".

Альфонс Карр.

МЕРТВАЯ НЕВЕСТА... ПО НАСЛЕДСТВУ

...У него возникло ощущение, что он превратился в маятник, который медленно качается, переходя из света в непроглядную тьму, и не знает, в каком из этих двух миров остановиться.

А она издали звала его, и он медленно, словно по минному полю, пошел навстречу, отчетливо понимая, что такого быть не может, не может быть никогда, потому что мертвые не возвращаются...

Как ей удалось свести в могилу двух братьев?

Странный пациент

Областной психоневрологической больнице в поселке Ляхово Нижегородской области два года назад исполнилось сто лет. До недавнего времени она была учреждением, наделенным как лечебными, так и карательными функциями. Сюда нередко помещали тех, чьи убеждения противоречили коммунистической идеологии. Попадали в эти стены и те, кто не отвергал тогдашний режим, но жил по своим законам: верил в Бога, посещал храмы, интересовался мистикой, изобретал "вечные двигатели", писал жалобы,

История болезни

"Иванов" поступил с обычным для тех уже далеких лет диагнозом: психоз, сопряженный с вялотекущей шизофренией. Утверждалось, что болезнь развивалась медленно и незаметно для окружающих, что в этом виноват сам пациент, который являлся не кем иным, как "прожигателем жизни". Получая много денег, он тратил их на женщин, вино, отдых у моря и красивые вещи.

го механико-машиностроительного института по имени Катя. И стал с ней встречаться.

У официальной невесты "Иванова" имелся ключ от его квартиры. Узнав о том, что жених ей изменяет, она пришла к нему домой, когда хозяин отсутствовал, отыскала револьвер (из этого следует, что "Иванов" был либо военным, либо работал в НКВД, либо занимал пост в высших эшелонах власти) и застрелилась, оставив записку, в которой следует особо подчеркнуть такую фразу: "Я ухожу из жизни, но никогда тебя не оставлю".

"Иванов" был потрясен случившимся. Крутой вираж судьбы, по заключению докторов, кардиналь-

"Иванова" - яркое тому подтверждение.

Жизнь его стала похожа на Преисподнюю. Он жаловался брату, что ночью со всех сторон в дом наползали пугающие шорохи, а его охватывало смутное ощущение опасности: словно инстинкт предупреждал, что нужно ждать какой-то страшной развязки. И лежал в постели не смыкая глаз, мокрый как лягушка. Мысли же роились в голове, как назойливые комары. Если удавалось заснуть, ему снилась только она - Ольга.

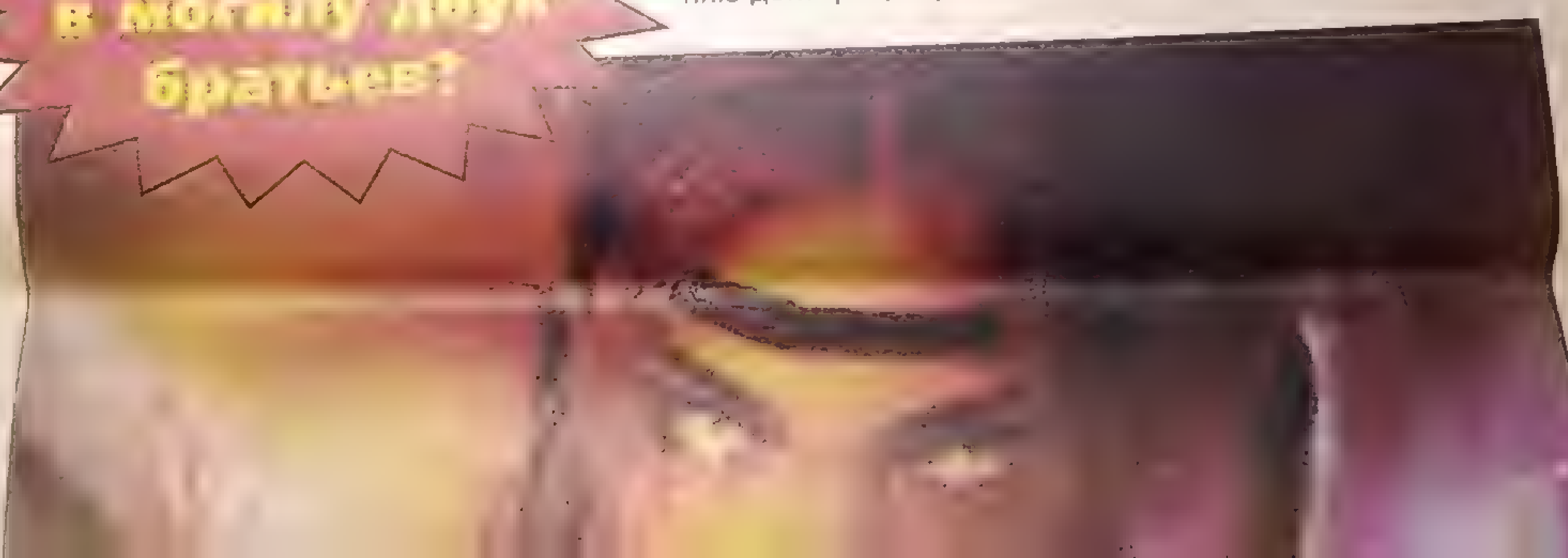
И предчувствие не обмануло "Иванова".

Однажды он увидел свою бывшую невесту то ли во сне, то ли наяву. Сон и явь, свет и тьма, дни и ночи, недели и месяцы слились для него в один неразделимый сгу-

лось у него. - Ведь ты же мертвая.

Ольга рассмеялась:

- Разве есть смерть в природе? Это - человеческий миф. Конца в мире не бывает. Ты видишь перед собой бесконечность, вечное перемещение стихий, вечное движение атомов, носящихся в беспредельном пространстве. Вглядись в меня: я дрожу, переливаюсь, я могу принимать тысячи самых разнообразных форм. Часть меня станет березой, ветки которой постучат в твое окно, часть - водой реки, а она, испаряясь, поднимется к облакам и в виде дождя опять упадет на землю... И когда-нибудь все эти атомы опять сойдутся и воплотятся в существо телесного мира, доступное человеческому взору. То же будет и с тобой, и с другими. Иногда, при некоторых условиях, определенное сочетание атомов можно вызвать сознательно, причем неоднократно. Это пока мне удается...



Скажи мне, гадалка!

Все в этой истории непредсказуемо и спонтанно. Все изобилует нелепыми и, в конце концов, трагическими случайностями, балансирует на тончайшей грани возможного и невозможного. Но факты - упрямая вещь...

"Иванов" долго не мог придти в себя после ночного визита призрака. Пытался найти успокоение на дне бутылки. Но не нашел. В один из похмельных дней,

ми. Сюда нередко помещали тех, чьи убеждения противоречили коммунистической идеологии. Попадали в эти стены и те, кто не отвергал тогдашний режим, но жил по своим законам: верил в Бога, посещал храмы, интересовался мистикой, изобретал "вечные двигатели", писал жалобы, тщетно пытаясь добиться справедливости. Короче говоря, большевики изящно "слизнули" идею у инквизиторов Средневековья, которые в свое время признали невменяемым великого Галилея, утверждавшего, что Земля вертится вокруг своей оси, посадили в сумасшедший дом Соломона Ко за идею о двигательной силе пара, а Джордано Бруно сожгли на костре.

И вот однажды в Ляховской больнице появился пациент, который резко отличался от других.

Во-первых, это был очень интеллигентный человек, который свободно владел немецким языком, работал за границей и имел хорошую репутацию. Во-вторых, поместили его под псевдонимом, а настоящая фамилия псевдо-Иванова нигде не фигурировала. Она неизвестна и по сей день. В-третьих, приговор эскулапов от психиатрии, по всей видимости, инициированный высокими партийными бонзами, был уникальным: "нуждается в пожизненном содержании в больнице второй категории" (к первой категории относились те, где принудительно лечили, а попутно и калечили людей, направленных по приговору суда, то есть больницы тюремного типа).

В общем, секретному пациенту сделали некоторую поблажку: раз никто его не судил, значит, положена категория вторая, где режим не такой суровый, как у арестантов. Но вот в свиданиях с родными и в письмах на волю было категорически отказано. В Ляхово допускался только брат "Иванова" - опять-таки "Иванов". Можно предположить, что этот человек занимал достаточно высокий пост тогда в Горьком, а то и в столице.

В женщинах-то он и запутался

Была у "Иванова" невеста по имени Ольга. Она работала библиотекарем, тайком интересовалась оккультными науками, устраивала в кругу единомышленников спиритические сеансы, хотя, конечно, сильно рисковала. Если бы об этом стало известно "кому следует", загремела бы, как говорится, под фанфары.

Дело шло к свадьбе, но неожиданно "Иванов" познакомился с выпускницей Нижегородского образом повлиял на его поведение, психику, отношения с близкими людьми. Оставшись один, он словно провалился в черную бездну...

Первое явление призрака

Вирулентность - так медики называют способность тех или иных микроорганизмов или определенных обстоятельств вызывать какое-то заболевание. Но то, что это могут сделать покойники, - случай редчайший. Тем не менее пример сток. Но это было совсем неважно. Важнее было другое. Ольга стояла в дальней комнате, протягивая к нему свои тонкие холеные руки, и настойчиво звала его. И волшебство, и спокойствие ночи словно испарились. "Иванов" послушно пошел на зов ее ледяных голубых глаз, ее рук и почувствовал прикосновение чего-то прохладного и нежного. Так касаются лица лепестки цветов или лунный свет. Так обнимают и целуют любимые.

- Как это может быть? - вырва-

Скажи мне, гадалка!

Все в этой истории непредсказуемо и спонтанно. Все изобилует нелепыми и, в конце концов, трагическими случайностями, балансирует на тончайшей грани возможного и невозможного. Но факты - упрямая вещь...

"Иванов" долго не мог придти в себя после ночного визита призрака. Пытался найти успокоение на дне бутылки. Но не нашел. В один из похмельных дней, провозившись битый час, чтобы натянуть нужную штанину на нужную ногу, и выкурив папиросу (тогда сигареты еще не были в моде), - "Иванов" прекрасно отдавал себе отчет, что медленная смерть, поджидавшая его с самого рождения, приблизилась еще на полчаса.

Он отправился к Кате. Та, открыв дверь, едва не вскрикнула. Она не узнала "Иванова". Он осунулся, побледнел, ввалившиеся глаза лихорадочно блестели, как у больного чахоткой.

- Давай поженимся, - заявил он с порога. - Причем как можно быстрее. Нельзя упускать время.

Катя знала о трагедии, которая случилась в его доме, тоже переживала и обещала подумать. Но ее одолевали сомнения. И она поехала на Бор, где жила цыганка-гадалка, к которой за советом обращались многие, в том числе и жены партийных руководителей - втихомолку, конечно, чтобы их мужья не узнали.

Гадалка выслушала Катю и сказала:

- Не спеши замуж. Мертвец между вами, да и этот, твой, сам умрет скоро. Сведет она его в могилу, всю кровь выпьет.

Так оно и случилось.

"Иванов" попал в психушку после учиненного им дебоша в одном из ресторанов. Он спокойно сидел за столиком с бокалом вина, но неожиданно переменился в лице и сказал, не обращаясь, вроде бы, ни к кому:

- Уходи, я же предупреждал!

Последовала пауза, после чего "Иванов" схватил подсвечник с горящими свечами (в ресторане заботились об интимной обстановке) и бросился за кем-то невидимым.

Его пытались остановить, но он расталкивал всех и продолжал погоню, пока не скрылся из виду. Обнаружили дебошира на Бугровском кладбище. Он находился "в состоянии каталептического ступора". В сознание "Иванов" пришел только через несколько часов.

- За кем вы гнались? - спросили его.

Лицо его исказилось от ужаса:

- Это она - Ламия, Эмпуса, у нее много имен, она может принимать любой облик...

Больше в тот день он ничего не сказал. Мы же поясним: согласно греческой мифологии Ламия когда-то была возлюбленной Зевса. После того, как ревнивая Гера - супруга огневержца - убила детей Ламии, та вынуждена была укрыться в пещере и превратилась в кровавого монстра, похищавшего и пожиравшего чужих детей. Так как Гера лишила ее сна, она бродила по ночам. Ламиями называли также привидения, высасывающие кровь из соблазненных ими мужчин. Эмпуса - чудовище, увлекающее свои жертвы, принимая вид либо прекрасной девы, либо страшного призрака.

Кладбищенский запах

Из докладной записки дежурного врача на имя главврача: "11 июня с.г. около 23 часов в коридорах 1-го корпуса распространился отвратительный затхлый запах. Так пахнут разлагающиеся крысы или мыши. Были осмотрены все помещения, но ничего не найдено. Возможно, массовая гибель грызунов произошла внезапно, и запах шел из-под пола. Особенно невозможно было дышать в 14-й палате. Все, кто находится там, были эвакуированы, кроме Иванова, который отказался, заявив, что привык спать на своем месте и никуда отсюда не уйдет, а противогаз ему не нужен... К утру же, примерно в 4 часа, запах исчез совершенно...

Прошу вашего содействия в расследовании

"Я ухожу из жизни, но никогда тебя

себе под землю очередного своего раба и он освобождается от их владычества, им требуется кто то другой. И они не отпустят свою жертву за просто так, если она не найдет равноценной замены.

- В общем, я написал завещание, - заключил "Иванов" свой пространный монолог. - Так как у меня больше ничего нет, я завещаю тебе Ольгу.

Дыханье могилы

"Иванов"-2 терялся в догадках. На мистификацию все это не походило. Но неожиданно вспомнились слова "Ламия" и "Эмпуса", которые употреблял брат, когда его спрашивали о причинах дебоша в ресторане. "Иванов"-2 заглянул в мифологический словарь и прочитал: греки верили, что эти чудовища могут принимать любые обличья. Одним они кажутся прекрасными девами в белоснежных одеждах, от которых исходит аромат цветущих персиков, другим - дряхлыми беззубыми старухами с горбом на спине и лицом, пораженным проказой, третьим - огнедышащими чудовищами наподобие Медузы Горгоны... "Можете ли вы ответить, - обращался "Иванов"-2 к врачу, - как истолковать все это? Может быть, зря не верили ни одному слову брата? Может быть, он излагал сущую правду? А если так, то страдал ли он в действительности психическим заболеванием?"

Далее "Иванов"-2 писал о том, что ответы на эти вопросы для него крайне важны, поскольку дальнейший карьерный рост связан именно с ними. Но дело даже не столько в карьере, сколько в репутации семьи, а в роду никто никогда не был душевнобольным.

Конец лисьма выглядит вообще сюрреалистически: "Неделю назад я сидел за письменным столом, хотя было уже поздно. Неожиданно в кабинет вошла жена. "Почему-то очень сквозит, - сказала она. - Я закрыла все фрамуги, но в спальне стоит какая-то затхлость, несет, как

МАРАФОН ИДЕЙ

Физик Сергей Красников уже работает над тем, чтобы сделать путешествия в прошлое и будущее реальностью.

МАШИНУ ВРЕМЕНИ СОЗДАДУТ В РОССИИ!

Через "ходы кротов" можно за минуты слетать в прошлое или будущее. Но как?

Свое сенсационное заявление сотрудник лаборатории физики звезд Пулковской обсерватории (Санкт-Петербург) астрофизик Сергей Красников сделал на недавно прошедшей научной конференции в Лондоне. Оказывается, еще со времени зарождения Вселенной в результате "Большого взрыва" в космосе возникли естественные тоннели - как бы "ходы кротов", с помощью которых можно путешествовать во времени. Могут они возникать там, где пространство сильно изогнуто. Например, где существуют "черные дыры".

Через эти-то пространственно-временные коридоры и можно за минуты слетать в прошлое или будущее. Своими расчетами Красников доказывает: "ходы" могут быть настолько большими, что позволят космическим кораблям почти мгновенно перемещаться сквозь пространство и время. Выводы ученого основаны на квантовой теории и общей теории относительности Эйнштейна.

ной дырой" только с одним входом - без выхода.

3. Отбуксировать вход

- Возможность существования "кротовин" уже доказана. В ближайшие два года вплотную займемся их поиском. Вот только сделать

которые отказался, заявив, что привык спать на своем месте и никуда отсюда не уйдет, а противогаз ему не нужен... К утру же, примерно в 4 часа, запах исчез совершенно... Прошу вашего содействия в расследовании данного случая. Не мог ли кто-либо из посетителей в диверсионных целях распылить в больнице какой-то опасный газ?"

"Я ухожу из жизни, но никогда тебя не оставлю".

Встреча была коротка...

"Иванов"-2, судя по всему, никогда с Ольгой не встречался, облика ее не представлял. Довелось же увидеться с ней только после ее смерти.

Он написал письмо лечившему брата врачу, которое тот получил после того, как оба покинули наш бренный мир. Наверное, его тоже сочли бредом, решив, что у братьев плохая наследственность, предрасполагающая к душевным заболеваниям. Прошло много лет, вместивших Великую Отечественную войну и другие важные события. На их фоне судьбы двух человек, которые если кого и волновали раньше, сегодня вряд ли могут тревожить.

Письмо "Иванова"-2 очень длинное, изложу его в пересказе.

Накануне смерти брата он приехал в Ляхово. Ему сообщили, что "родственничек очень плохой и может умереть со дня на день". Пищу сам не принимает, его кормят искусственно. Однако "Иванов" был в сознании.

- Ты увидишь ее сегодня, - сказал он. - Она этого хочет.

- Когда? Где? - спросил "Иванов"-2.

Но брат ничего не ответил. И понес какую-то ахинею о том, что воздух и вода вокруг нас наполнены частицами, из которых когда-то состояли мертвецы, что мы дышим этими частицами, пьем их, и они становятся частью нас самих, и, значит, мертвые властвуют над живыми. Когда же они уводят к душевнобольным.

Конец письма выглядит вообще сюрреалистически: "Неделю назад я сидел за письменным столом, хотя было уже поздно. Неожиданно в кабинет вошла жена. "Почему-то очень сквозит, - сказала она. - Я закрыла все фрамуги, но в спальне стоит какая-то затхлость, несет, как из погреба". И я все понял: это Ольга нанесла мне свой первый визит. Когда жена ушла, я почувствовал в темном углу кабинета какое-то движение, движение чего-то бесформенного, но ЖИВОГО. С тех пор стоило мне остаться одному, как все повторялось. Несмотря на то что движение было бесшумным и почти неуловимым, я ощущал его близость и источник, от которого оно распространялось: белый туман, вплывающий по вечерам в комнату. Он просачивался сквозь стены и стекла - для него не было никаких преград..."

За два дня до того, как "Иванов-2" закончил свое письмо, он увидел Ольгу. "Она сидела в кресле напротив, - писал он, - в своем длинном черном платье с муфтой и смотрела на меня холодными голубыми глазами. Я обратил внимание даже на такую деталь: платье на груди у нее было мокрым - как будто проступала кровь... Ольга ничего не говорила, ничего не спрашивала, просто протянула руки ко мне - и я против своей воли сделал то же самое. Она стала приближаться ко мне, и с каждым ее шагом я тоже делал шаг навстречу ей. И самое главное - страх мой по мере ее приближения проходил, переходя в какое-то новое чувство мучительного беспокойства. И тотчас мне пришло в голову, что жить мне осталось недолго, что скоро я последую за братом".

Вскоре тело "Иванова"-2 нашли на Верхневолжской набережной. Череп его был разнесен выстрелом с близкого расстояния. Рядом валялся револьвер системы "наган"...

Сергей СТЕПАНОВ.

© "Приключения. Тайны. Чудеса".

на временные коридоры и можно за минуты слетать в прошлое или будущее. Своими расчетами Красников доказывает: "ходы" могут быть настолько большими, что позволят космическим кораблям почти мгновенно перемещаться сквозь пространство и время. Выводы ученого основаны на квантовой теории и общей теории относительности Эйнштейна.

Что такое "кротовый ход"

На листе бумаги сверху отметьте точкой положение Земли. В нижней части листа поставьте другую отметку. Пусть это будет некое место в космосе на расстоянии нескольких световых лет. А теперь скатайте бумажный лист так, чтобы обе точки соприкоснулись. Путь стал намного короче. Завершите эксперимент, проделав в бумажном листе два отверстия. Это и есть тот самый "ход".

Как будут строить "звездные врата"?

1. Найти дырки

Дело теперь за "малым" - остается найти эти туннели, которые писатели-фантасты называют "звездными вратами". Или - построить. Так же, как туннель сквозь горный хребет, который короче объездной дороги. Только в данном случае придется прибегнуть к ускорителям элементарных частиц, создав "воронку" в пространстве.

2. Укрепить стены

Затем необходимо укрепить стенки туннеля "экзотической материей", как ее называют ученые. Это квантовое электромагнитное поле с отрицательной энергией. Такую "материю" уже удавалось получить в лабораторных условиях. Правда, пока "слабенькую". Но через год-два ученые надеются получить более стабильные результаты.

"Экзоматерия", выдерживающая давление в миллиарды миллиардов атмосфер, будет препятствовать стремлению туннеля сжаться в точку или стать "черной дырой" только с одним входом - без выхода.

3. Отбуксировать вход

Чтобы приспособить туннель для путешествий в пространстве, надо будет один вход расположить у Земли, а второй отбуксировать к нужной звезде с помощью специального межзвездного корабля. Тогда, согласно теории Эйнштейна, возникнет парадокс: если для космонавтов на корабле путешествие займет, например, год, то на Земле за это время пройдет 10 000 лет. Вот тут-то и выручит "кротовина".

Вместо того чтобы год тащиться обратно, корабль нырнет в отбуксированный им же туннель и вынырнет с его другого конца рядом с Землей. Для земного наблюдателя корабль вернется в обратную точку (к Земле) через мгновение после старта. "Кротовина" будет работать и как машина времени, и как самое скоростное средство для перемещения в пространстве.

Вывод

- Когда, вы считаете, мы сможем заглянуть в будущее? - спросили мы у физика Красникова.

- Возможность существования "кротовин" уже доказана. В ближайшие два года вплотную займемся их поиском. Вот только сделать из "кротовины" машину времени технически невероятно сложно - нужны совсем другие космические корабли, иная материя, мощные источники энергии. Вполне возможно, на это уйдут сотни лет.

Комментарий специалиста

Игорь НОВИКОВ, бывший завлаб Института космических исследований, профессор:

- Пока мы не знаем всех физических законов, на основе которых могут возникать космические ходы. И в то же время известные законы их не опровергают. Более того, по представлениям таких крупных специалистов, как С. Хокинг и Дж. Уилер, все пространство состоит из микроскопических "кротовин" и представляет собой, как ее называют, квантовую пену. Может быть, люди и научатся раздувать эти "дыры" до нужных размеров.

По материалам Интернета.

НСТАТИ

АМЕРИКАНСКИЙ ЭСМИНЕЦ ПОБЫВАЛ В ДРУГОМ ВРЕМЕНИ?

"Эксперимент "Филадельфия" - одно из самых загадочных "путешествий во времени". Российский исследователь Виктор Адаменко давно собирает о нем свидетельства очевидцев.

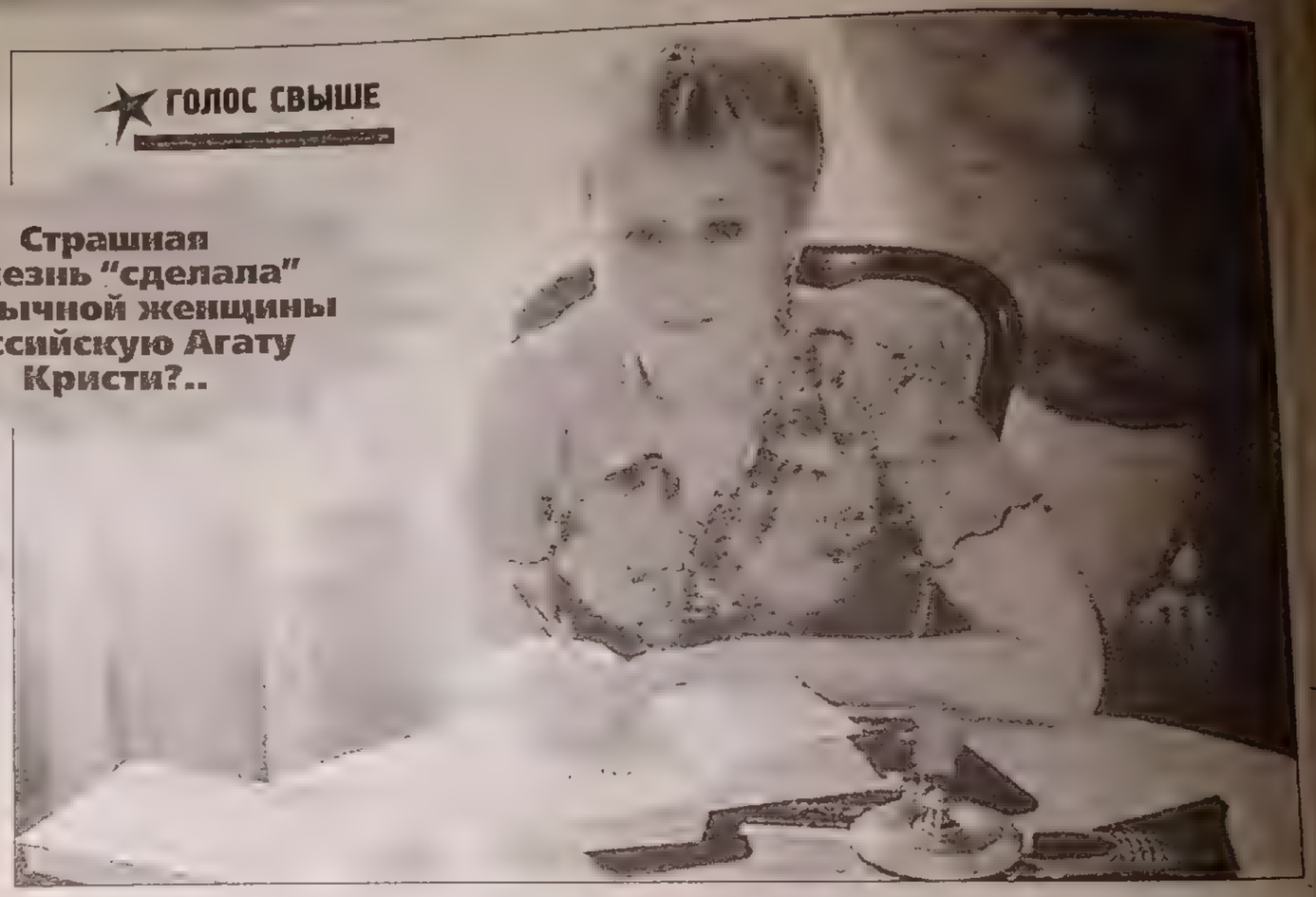
Осенью 1943 года во время эксперимента эсминец "Элдридж", оснащенный "генератором обнуления времени" и электромагнитными генераторами, которые должны были сделать корабль "невидимым" для радара, вдруг... исчез в зеленом облаке.

По одной версии, "Элдридж" так и не был найден. По другой - он вскоре появился, но был сильно поврежден. Матросы самовоспламенялись или выбрасывались за борт. А часть тел превратилась в сталь. Полагают, что корабль попал в другое время, а при возвращении молекулы человеческих тел смешались с атомами металла. Руководство экспериментом приписывают самому Альберту Эйнштейну.

ДВЕ ЖИЗНИ ДАРЬИ ДОНЦОВОЙ

ГОЛОС СВЫШЕ

Страшная болезнь "сделала" из обычной женщины российскую Агату Кристи?..



С магией известная писательница Дарья Донцова знакома не понаслышке. Ей было двадцать с небольшим, когда она оказалась в командировке в Сирии.

Приятель-журналист буквально затащил ее к самой известной гадалке Ближнего Востока. "Я по глупости и наивности пошла с ним, - рассказывает писательница. - И увидела... живую бабу-ягу, склонившуюся над кипящим чаном. Коллега начал просить колдунью погадать нам, но ему она сразу отказала. И со словами: "А вот ей погадаю" - подтащила меня к чану, что-то туда побросала и спрашивает: "Видишь?" А там только щепки какие-то плавают... "Смотри: родится у тебя дочь, в 45 лет сильно заболеешь, но не умрешь, не бойся, жизни тебе отведено 102 года!"

Какая ерунда, думаю, сыну мое-

чей страшный диагноз: рак, Донцова поверила давешней прорицательнице. Потому и заявила во всеуслышанье: "Я не умру. Мне нагадали прожить 102 года". Онколог посмотрел на нее как на умалишенную. Донцова не любит вспоминать сирийскую гадалку. "Мне кажется, она меня запрограммировала, - говорит Дарья. - У меня есть хороший друг, психотерапевт. Мы с ним много беседовали о том, можно ли вообще запрограммировать человека, навязать ему судьбу? Он уверен, что вполне возможно заставить человека совершить определенный поступок, но свой путь мы выбираем сами.

...Как бы там ни было, когда мне сказали: "Хочешь выжить - изменись, стань иной", - я послушалась. И в 45 лет Агриппина Васильева (мои настоящие имя и фамилия) умерла, и родилась Дарья Донцова. И, как видите, живет до

В 45 лет, услышав от врачей страшный диагноз: рак, Донцова поверила давешней

лейшей операции, Донцова "увидела" свою первую книгу: "Крутые наследнички".

"Я лежала в реанимации. Состояние инфернальное, непонятно, на каком ты свете. И вдруг вижу картинку - стриженая блондиночка в серой норковой шубке несет коробку с пирожными. Вдруг коробка падает - корзиночки и эклеры вываливаются, она их начинает подбирать. А я в этот момент чувствую, как руки стали липкими. Женщина мне не знакома. Я не понимаю - откуда шуба, когда на дворе август? Интересно, куда она пойдет? Стоило мне подумать, как оказываюсь в машине, в иномарке. Уверенно вставляю ключ в зажигание, хотя никогда не водила машину. Куда-то еду и точно знаю, что у меня семья, заботы по дому, собаки... Картинка очень четкая, а кругом все расплывается. Очнувшись,

жется. Тогда муж посоветовал использовать методику компьютерные игр: переключать кнопочки, только мысленно. И все получилось. Психологи называют это трансовым состоянием сознания, самогипнозом. Со временем я научилась управлять картинкой: могу вызвать ее в любой момент, могу общаться с моими героями - но только в качестве персонажа из их компании, а не как автор.

Кстати, мои путешествия не перестают удивлять меня саму. Например, с одним из романов связан любопытный эпизод. К сороковой странице стало ясно, что убийство совершил мужчина. А для детектива - это сигнал, что пора закругляться, рассказывать больше не о чем, читателю неинтересно. Но ведь есть и другие линии, которые нуждаются в развитии сюжета, и я честно пишу дальше. И вдруг где-то на трехсотой

лихорадочно листать рукопись. И точно - бабушка, все зацепки сходятся! Видите, "не виноватая я", герои сами меня ведут, сами романы сочиняют. А я... с любопытством слежу за развитием событий и записываю".

С тех пор Дарья живет сразу в двух мерах - ее собственная реальная жизнь то и дело пересекается с жизнью ее героини. Бывает, купит две девчоночьи блузочки своим "литературным внучкам", оставив родного внука Никиту без подарка. *Если ее Евлампия бегала весь день, у самой Дарьи к вечеру ноги гудят... Да что там: в одной из книг сын ге-*роини попал в автокатастрофу - а спустя несколько месяцев это произошло с сыном писательницы, причем в точности, как она описала.

В общем, теперь главная забота ведь Донцовой - хорошенько подумать, прежде чем втравливать

гадаю" - подтащила меня к чану, что-то туда побросала и спрашивает: "Видишь?" А там только щепки какие-то плавают... "Смотри: родится у тебя дочь, в 45 лет сильно заболеешь, но не умрешь, не бойся, жизни тебе отведено 102 года!"

Какая ерунда, думаю, сыну моему и трех лет нет, я разведена... А она продолжает: "Будешь обеспеченной женщиной, всего добьешься сама, и слава придет к тебе от правой руки". Вышли мы, посмеялись - и думать забыли о пророчествах. Потом, когда у меня родилась дочь, я вспомнила колдунью, но и только"...

Лишь в 45 лет, услышав от врачей страшный диагноз: рак, Донцова поверила давешней прорицательнице.

Лишь в 45 лет, услышав от врачей страшный диагноз: рак, Донцова поверила давешней прорицательнице.

сих пор".

Страшная болезнь не только не сгубила российскую Агату Кристи - она подарила ей вторую жизнь. Именно в больнице, после тяже-

Женщина мне не знакома. Я не понимаю - откуда шуба, когда на дворе август? Интересно, куда она пойдет? Стоило мне подумать, как оказываюсь в машине, в иномарке. Уверенно вставляю ключ в зажигание, хотя никогда не водила машину. Куда-то еду и точно знаю, что у меня семья, заботы по дому, собаки... Картинка очень четкая, а кругом все расплывается. Очнувшись, подумала, что без психиатра не обойтись, но мой муж объяснил, что к болезни происходящее не имеет никакого отношения: "Это твоя книжка, ясно? Записывай".

И я... "включила внутренний экран!" Смотрю - а картинка не дви-

рестают удивлять меня саму. Например, с одним из романов связан любопытный эпизод. К сороковой странице стало ясно, что убийство совершил мужчина. А для детектива - это сигнал, что пора закругляться, рассказывать больше не о чем, читателю неинтересно. Но ведь есть и другие линии, которые нуждаются в развитии сюжета, и я честно пишу дальше. И вдруг где-то на трехсотой странице этот мужчина обращается ко мне: "Я понимаю, что не нравлюсь тебе, не "твой гардеробчик". Но как же ты не додумалась, что убила-то бабушка!" У меня был шок, все из рук посыпалось, стала

родного внука Никиту без подарка. Если ее Евлампия бегала весь день, у самой Дарьи к вечеру ноги гудят... Да что там: в одной из книг сын героини попал в автокатастрофу - а спустя несколько месяцев это произошло с сыном писательницы, причем в точности, как она описала.

В общем, теперь главная заповедь Донцовой - хорошенько подумать, прежде чем втравливать своих персонажей в очередную авантюру. Воистину: "Нам не дано предугадать, как наше слово отзовется".

Мария КЕЛАРЕВА
© "Оракул"

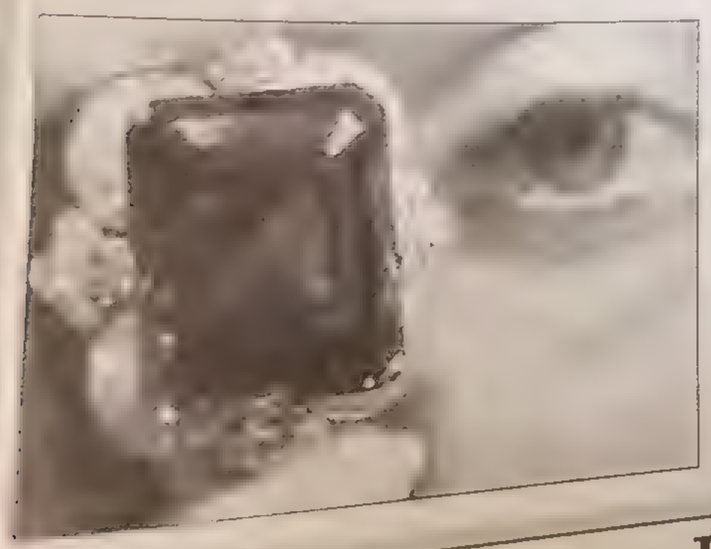
ИЗ УМЕРШИХ ДЕЛАЮТ ДРАГОЦЕННОСТИ

ЭКЗОТИЧЕСКИЕ ПОХОРОНЫ

Он при жизни не уставал говорить ей: "Ты - моя драгоценная!" А когда 47-летняя Делинда умерла от рака, ее безутешный супруг Рей решил не предавать ее останки земле и обратить свои слова в реальность.

Он кремировал тело супруги и отправил пепел в адрес компании LifeGem. Через месяц ему вернулась черная бархатная коробочка с шестью голубоватыми бриллиантами. Два из них Рей оставил себе, четыре раздал родственникам и близким друзьям Делинды.

Человечество умеет делать искусственные алмазы с 50-х годов прошлого века. Оказалось, что сотворить их можно из всего, что



удается сжечь дотла - основу драгоценных камней составляет все тот же углерод. Идея превращать в драгоценные камни покойных родилась в Чикаго два года назад. С тех пор этот бизнес стремительно растет. LifeGem открыла представительства в 164 городах США.

Конечно, бриллианты - это всегда недешево. LifeGem недавно снизила цены на свою продукцию. Но и при этом самый маленький (в четверть карата) драгоценный камень из близкого вам человека обойдется в 2095 долларов.

"А что вы думаете, обычные похороны дешевле? - говорит мне Кевин Смит, менеджер представительства LifeGem в штате Вирджиния. - Похоронить человека в Америке со всеми традиционными обрядами сегодня стоит в среднем около 6 тысяч долларов. Кремация

Бриллиант из покойника стоит $2095

дешевле - около 1 тысячи. Сегодня кремируют 26 процентов умерших американцев. А в 2010-м, по нашим прогнозам, эта цифра вырастет до 36 процентов. Но часто возникает вопрос: что делать с пеплом?"

Изящный выход, предложенный LifeGem, уже привлек, как утверждает компания, свыше 50 клиентов. Мистер Смит сообщил мне, что при желании можно заказать бриллианты с голубым, красноватым или желтым оттенком, заверил, что они выглядят ничуть не хуже, чем в знаменитом ювелирном магазине "Тиффани".

69-летний Джек Френч, с которым меня познакомили в LifeGem, страдает от эмфиземы и очень жалеет о том, что когда-то много курил. Врачи отвели ему еще два года жизни. Шесть месяцев назад он заключил контракт, по которому из его бренного тела сделают 8 бриллиантов. Из них изготовят колье, которое будет носить на шее супруга Джека Нэнси.

"Как и всякому нормальному человеку, эта идея показалась мне поначалу сумасбродной, - сказал мне Джек. - Но потом я подумал: да это же прекрасно. Жизнь рано или поздно проходит. А бриллианты вечны. И Нэнси будет носить у сердца кусочек меня". "Простите Джек, - прервал его я. - Никто ведь не знает, сколько отведено нам судьбой. А если Нэнси уйдет из этого мира раньше вас?". "А это тоже предусмотрено контрактом! - ничуть не смутился он. - Тогда прах Нэнси обратят в камни, их вправят в перстень, который буду носить я. А потом наши "фамильные" драгоценности достанутся детям".

У нежелающих становиться бриллиантовыми хотя бы после смерти есть другие альтернативы. Изобретатель пластикового летающего диска фрисби Эд Хедрик, умерший в возрасте 78 лет, завещал впрессовать свой пепел в один из дисков. Отныне этот диск считается мемориальным, хранится как семейная реликвия.

А обычное кладбище - это так тоскливо и не модно!

По материалам Интернета.

У ЗОЛОТУХИНА ПЕРСТЕНЬ ОТ СГЛАЗА

Серебряный перстень с маленькими изумрудами и рубинами, который народный артист России Валерий Золотухин, знакомый зрителям по роли Бумбараша, носит на безымянном пальце правой руки, был специально изготовлен для спектакля "Моцарт и Сальери", в котором актер играет Сальери. Теперь Золотухин носит кольцо не снимая.

- Моцарт в нашем спектакле - это муза и жена Сальери, подвигающая его на творчество, - рассказал актер "Жизни".

- Художник Людмила Копырина изготовила для "Моцарта и Сальери" реквизит: серебряные кубки, серебряный нож, серебряное перо и перстни, камни в которых подобраны определенным образом, - это шифр. Мой перстень - от сглаза.

Этот перстень Золотухин теперь не снимает, боясь нарушить череду успешных событий в своей жизни. Во-первых, недавно у Валерия Золотухина родился пятый внук. Мальчика назвали Никоном в честь русского патриарха-реформатора.

Во-вторых, Золотухин приглашен в Нижний Новгород для участия в необычайно интересном для него проекте - подготовке документального фильма о Валерии Чкалове "Зачем мы смотрим в небо".

По материалам Интернета.

КАК ОДОЛЕТЬ "СТАРУХУ С КОСОЙ"?

ПРИГОВОР ДЛЯ СМЕРТИ

Врачи заявляют, что вот-вот создадут "средство Макропулоса", позволяющее одолеть "старуху с косой".

В Москве в Институте биохимической физики РАН прошел семинар, где было объявлено, что исследователям удалось получить "бессмертные клетки".

Порошок из столетних жаб

Способы обретения "вечной жизни" люди искали во все времена. И некоторые рецепты, дошедшие до наших дней, свидетельствуют о богатой фантазии наших предков. Вот лишь несколько использовавшихся когда-то методов, о которых рассказала нам кандидат исторических наук, старший научный сотрудник Государственного Исторического музея РАН Людмила Орехова.

Для того чтобы прожить 300 лет, по представлениям древних, надо было высушить 600 пауков, 300 летучих мышей и 99 жаб, истолочь их в порошок и выпить в полнолуние. При этом очень важно, чтобы жабы были столетними.

Для продления жизни сразу на 500 лет древнеперсидский манускрипт рекомендует: "Надо взять рыжего и веснушчатого человека, кормить его фруктовыми плодами до 30 лет, затем опустить в медный сосуд с медом и травами, заключить этот сосуд в золотые обручи и герметически закупорить". Через 1000 лет, утверждает автор манускрипта, его тело обратится в мумию. Содержимое сосуда следовало принимать маленькими порциями каждый день...

Удивительно, что ни одно из таких средств не оказалось действенным. Однако искателей за жизнь и смерть на клеточном уровне". Как сообщает научно-популярный журнал "Дискавер", открытый ими "фермент теломераза способен заставить человеческие клетки не прекращать свое деление и тем самым постоянно омолаживаться.

Если синтезировать теломеразу искусственно, дескать, можно продлить жизнь почти до бесконечности". Увы, через несколько месяцев сенсация провалилась: "вечно молодые" мыши, над которыми проводились эксперименты, через 2-3 месяца заболевали раком и умирали.

- Следующим шагом на пути поисков долголетия стали гормоны, - рассказывает ведущий научный сотрудник Института проблем экологии и эволюции РАМН, доктор биологических наук Александр Дубров. - Одни укрепляют кости и мышцы, разглаживают кожу, другие, такие, как мелатонин, продлевают жизненные циклы. Итальянские биологи провели на первых

Даешь вечную жизнь!

лет полноценного существования, а их потомки будут жить в полтора-два раза дольше".

разработки по бессмертию представляются все же более реальными, чем древние средства с жабами и законопаченными в со

сосуд в золотые обручи и герметически закупорить". Через 120 лет, утверждает автор манускрипта, его тело обратится в мумию. Содержимое сосуда следовало принимать маленькими порциями каждый день...

Очевидно, что ни одно из такого рода средств не оказалось действенным. Однако искателей "вечной жизни" это не остановило. И сегодня человечество озабочено проблемой бессмертия не меньше, чем в древности. В начале 20-х годов прошлого века появились ювенологи, пытавшиеся продлевать молодость мужчинам, вшивая им половые железы макак. Швейцарский ученый Питер Ниганс предложил вводить в стареющий организм сыворотку из тканей новорожденных ланей.

А геронтологи из 2-го Московского медицинского института в 1975 году умудрились вдвое продлить жизнь подопытных мышей с помощью маточного пчелиного молочка. Но никаких сенсационных результатов ни эти методы, ни аутотрансфузия - переливание пациенту собственной крови, запасенной заранее, - впечатляющих результатов не дали. Казалось, победить старость невозможно. Но...

Всегда молодые мыши

И вот на пороге нового тысячелетия одна за другой посыпались сенсации. Американские доктора медицины Райт и Шоун из Кливлендского университета два года назад заявили: "Найден часовой механизм, отвечающий

Наши потомки будут жить в полтора-два раза дольше.

- Следующим шагом на пути поисков долголетия стали гормоны, - рассказывает ведущий научный сотрудник Института проблем экологии и эволюции РАМН, доктор биологических наук Александр Дубров. - Одни укрепляют кости и мышцы, разглаживают кожу, другие, такие, как мелатонин, продлевают жизненные циклы. Итальянские биологи провели серию успешных на первых порах экспериментов, опять же с мышами, которые стали стройнее и подвижнее, но... через полгода сдохли.

И тут голос подали российские ученые. Как нам рассказала ведущий специалист Института биохимической физики РАН, доктор биологических наук Людмила Обухова, в начале этого года ее коллегам "удалось выделить бессмертные клетки соединительной ткани, что в будущем позволит продлить жизнь по меньшей мере в два-три раза".

В отличие от западных ученых, наши геронтологи сделали ставку на антиоксиданты - свободные вещества, позволяющие сократить количество окислительных процессов в организме, которые якобы и являются одной из причин старения. Правда, пока говорить о практических результатах рано: опыты над теми же несчастными мышами и крысами начаты всего несколько месяцев назад. "И тем не менее мы полны оптимизма", - подытожила Людмила Константиновна. Что ж, подождем.

Даешь вечную жизнь!

Перечислять методы борьбы со смертью можно еще долго, ведь наступление на старость ведется сегодня по всем фронтам. Ученые из Сибирского отделения РАМН, например, предложили бомбардировать организм искусственно синтезированными клетками-макрофагами, которые отвечают за обновление клеток. Еще одно из перспективных направлений - попытки победить время с помощью голода и холода.

По словам той же Людмилы Обуховой, понижение температуры человеческого тела всего лишь на полтора-два градуса может раздвинуть границы видовой продолжительности до двух столетий. А четыре градуса, возможно, дали бы фантастический показатель, приближающий нас к библейским праотцам: 700-800 лет!

Все это походит на фантастику. Но, похоже, она близка к реальности. Недавно известный нейрохирург профессор Герхард фон Клике во всеуслышание объявил "смерти смертный приговор". По его словам, "старость - тяжелое заболевание, которое вполне поддается консервативному лечению. И, оценивая сегодняшние достижения науки, уже ближайшее поколение может рассчитывать на 150-160 лет полноценного существования, а их потомки будут жить в полтора-два раза дольше".

А по оценкам президента британского Фонда Будущего, профессора биологии Энтони Грейхема, "уже через 30-35 лет пенсионный возраст отодвинется к 80-90 годам, после чего у человека останется еще около 60 лет активной жизни".

Воодушевленные своими успехами, ученые попытались представить себе и возможные аспекты жизни при "бессмертии". Согласно этим представлениям, институт брака будет постепенно изживать себя: люди будущего предпочтут свободно сожительствовать друг с другом, меняя любовников как в 40, так и в 70 лет.

Детей будут рождаться в основном путем искусственного осеменения.

Словом, если современные разработки по бессмертию представляются все же более реальными, чем древние средства с жабами и законопаченными в бочки рыжими бедолагами, то представления ученых о том, как мы распорядимся вечной жизнью, кажутся весьма надуманными, поверхностными.

Похоже, что, пытаясь добиться конкретных медицинских результатов, никто из исследователей всерьез не подумал о том, чем обернется для нашей цивилизации "средство Макропулоса". Впрочем, так было всегда. Вся история прогресса показывает, что, разрешая одну конкретную проблему, человечество создает себе десятки других. Так, может быть, пока еще не поздно, стоит остановиться и подумать: а так ли нам нужно это бессмертие?

Наталия ЛЕСКОВА.
© "Труд-7".

МАДОННУ ПРЕСЛЕДУЮТ ДУШИ УБИТЫХ ПТИЦ

Сейчас она снимается в новой картине "Love Actually" вместе с Хью Грантом.

Мегазвезда решила недавно расстаться со своей английской усадьбой, стоимость которой составляет 9 миллионов фунтов. Дело в том, что звезда любила охотиться в этих местах, а недавно учение Каббалы открыло певице глаза: души умерщвленных созданий будут преследовать Мадонну и мстить за безвременную и насильственную кончину.

Как сообщает "Антенна", в период владения особняком Мадонна несколько раз крупно поспорила с тамошними властями. Местным жителям запретили бродить по ее угодьям, а дом, выстроенный в георгианском стиле, оброс домиками для прислуги.

ИКНУЛ 100 МЛН. РАЗ!

Чарлз Осборн, 95-летний фермер из Айовы (США), икает постоянно уже 65 лет. Любители статистики подсчитали, что за эти годы он икнул около 100 млн. раз. Во время атаки спазмов ему случается икнуть до 40 раз в минуту. Помочь Осборну пытались многие врачи, он потратил уйму денег на лекарства, но все безрезультатно.

Некоторые специалисты полагают, что икота может быть каким-то образом связана с инстинктом самосохранения, вызывающим возбуждение нервов, "обслуживающих" диафрагму, вследствие чего она начинает постоянно сокращаться и расслабляться. Характерное "и-ик" происходит из-за внезапного глотка воздуха и сжатия мышц горла.

Приступ икоты могут спровоцировать обильная еда, чрезмерное употребление алкоголя, частое курение, холодный душ. Примерно 20% приступов икоты являются следствием эмоциональных стрессов, тревоги, испуга. Характерно, что мужчины страдают приступами икоты значительно чаще, чем женщины.

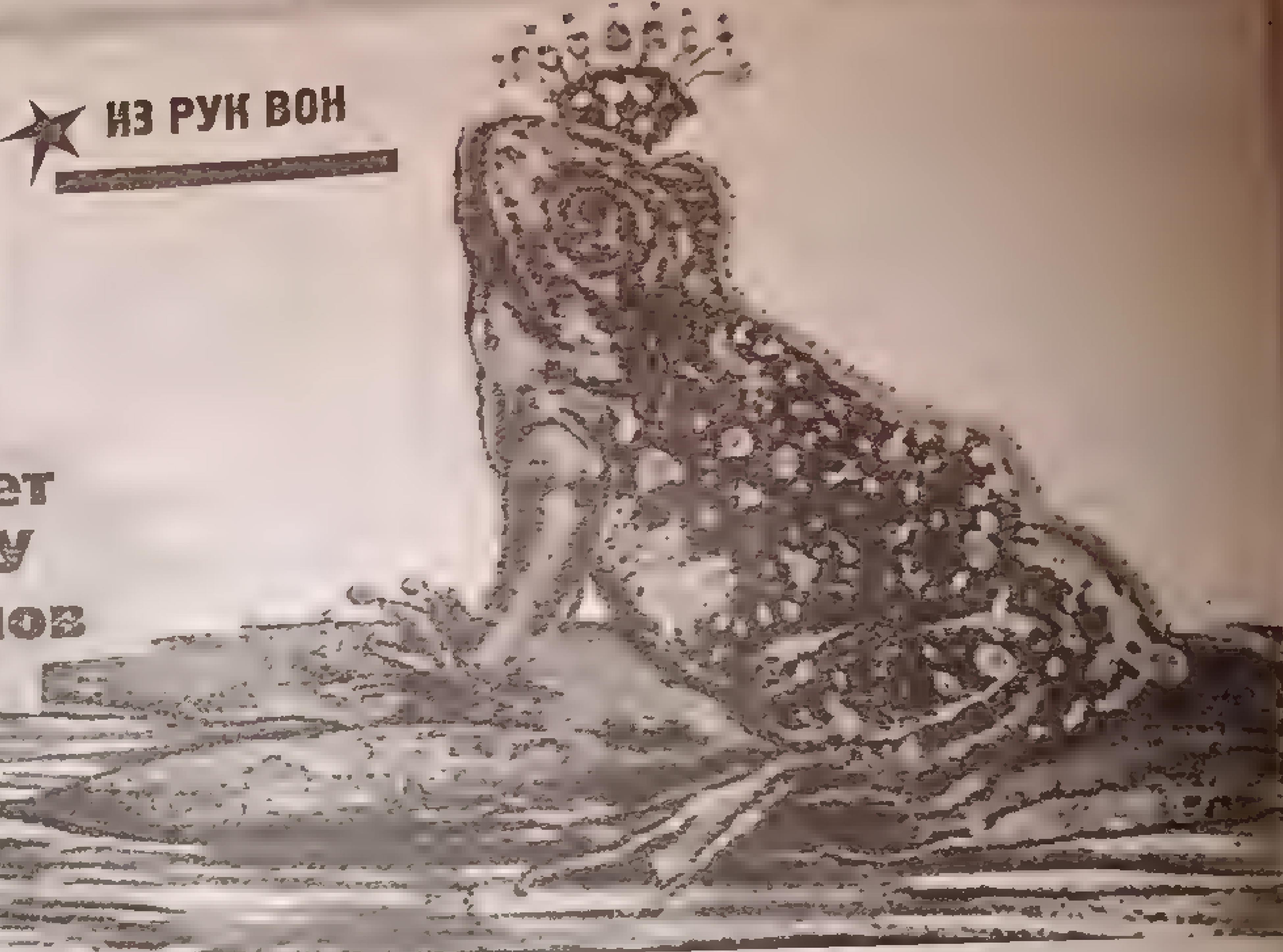
Вот какое интересное заявление сделали английские врачи. Они утверждают, что в утробе матери ребенок икает в 3 тыс. раз чаще, чем взрослый человек, тренируя таким образом дыхательные мышцы, а после рождения этот рефлекс проявляется все реже.

Виктор РОЩАХОВСКИЙ.
© "Мир зазеркалья".

★ ИЗ РУК ВОН

КРОКОДИЛЫ И ЗМЕИ ПРОИЗОШЛИ ОТ ЧЕЛОВЕКА?

Это доказывает биолог из МГУ Александр Белов



Недавно изданная книга Александра Белова "Антропологический детектив" стала настоящим возмутителем спокойствия в научном мире.

Белов считает: наши предки - не глупые обезьяны, а умные, сильные, совершенные люди. Мы же - так, вырожденцы, остатки талантливого мира.

- Мне в школе вдолбили: Дарвин доказал, что человек произошел от обезьяны, которая однажды взяла топор и начала трудиться. *По-моему, все логично. От [illegible]того к сложному.*

Логично?! А вы попробуйте из самоката самолет сделать - тоже от простого к сложному. На самом [illegible] логичнее, когда из [illegible] собиться к окружающим условиям. Но кто сказал, что приспособление идет через усовершенствование?

- Хорошо, современный человек произошел от суперчеловека. А современная зебра - от суперзебры?

- Нет, все живые организмы на земле, кроме членистоногих и моллюсков, произошли от людей. Зверь, птица, рыба - это результат деградации человека. Цепочка такая: люди в результате развала цивилизации превращаются в дикарей, затем в обезьянолюдей, человекообразных обезьян и просто обезьян. А обезьяны деградируют во множество других зверей, поразному приспосабливаясь к условиям обитания. Вот, например, лягушка. Зачем ей суставы и фаланги? Она ведь не сжимает пальцев. Скорее всего, фаланги и суставы достались лягушке в наследство от ее предка - человека.

- Вы допускаете чудесное в [illegible]?

[illegible] благодаря случайной встрече нескольких клеток в Мировом океане, а благодаря Творцу.

- А почему вы говорите "человеческое существо", а не "человек"?

- Наши предшественники очень отличались от нас. Скорее всего, это были многорукие и многоногие существа. Потом их тело было разделено пополам: возникли мужчины и женщины. Они были гораздо сильнее, умнее и больше современного человека. Их можно сравнить с титанами, гигантами и полубогами из мифов.

Фаланги и суставы достались лягушке *в наследство от ее* предка - человека.

- Есть ли более убедительные доказательства, что человек в прошлом был гигантом?

- Еще "отец истории" Геродот писал о нескольких находках огромных человеческих скелетов. Так, кузнец из Тегеи рыл колодец [illegible] скелет человека ро- [illegible] жили скелет гигантского человека - 3,5 м. В 1577 г. в одной из пещер Швейцарии нашли человеческий скелет длиной 4,5 м. Голландский антрополог в 1941 г. на острове Ява обнаружил человеческую челюсть вдвое больше челюсти современного человека.

- Но почему каждое новое человечество мельче и глупее предыдущего?

- Многие ученые считают: в истории Земли было несколько человеческих цивилизаций, которые в конце концов уничтожили сами себя. Причиной могли быть глобальная атомная война или другой катаклизм. Кто-то уцелел. Но потом выжившие разделились на группы. Наиболее слабые представители человечества дичали и мутировали, вырождаясь в обезьян, кошачьих и проч.

Те же, кто более устойчив психологически и физически, становились праотцами следующего человечества. Но за тысячи лет развития их потомки тоже теряли многие навыки. Вот поэтому нынешние люди слабее и глупее своих далеких предков.

[illegible] Интернета

★ ДРУГАЯ ВЕРСИЯ

МЫ - ИХТИАНДРЫ

Предки человека жили в воде. Такую необычную гипотезу отстаивает **ученый Александр Вихров.** Вот его аргументы:

Наша кожа уязвима для острых когтей и клыков хищников, не спасает от жары и холода. Если бы человек всегда жил только на суше, то он бы тоже был покрыт шерстью. Но наша кожа больше напоминает гладкую кожу дельфинов, китов, бегемотов - животных, обитающих в воде!

Около 30% веса человека составляет жир. Столько же - у дельфинов, китов и тюленей.

При родах в воде дети сразу *проявляют инстинкты водных животных, в том числе рефлекс* ныряльщика.

Привычка ходить прямо на двух ногах выработалась на мелководье. Древний человек мог легко встать на задние конечности, поскольку вода поддерживает его тело. Польза очевидна: стоя удобно просматривать дно в поисках пищи.

- Мне в школе вдолбили: Дарвин доказал, что человек произошел от обезьяны, которая однажды взяла топор и начала трудиться. По-моему, все логично. От простого к сложному.

- Логично?! А вы попробуйте из самоката самолет сделать - тоже от простого к сложному. На самом деле гораздо логичнее, когда из самолета получается самокат - отбросили лишние детали, и все. Дарвин утверждал, что выживает тот организм, который может приспо-

рей, затем в обезьянолюдей, человекообразных обезьян и просто обезьян. А обезьяны деградируют во множество других зверей, поразному приспосабливаясь к условиям обитания. Вот, например, лягушка. Зачем ей суставы и фаланги? Она ведь не сжимает пальцев. Скорее всего, фаланги и суставы достались лягушке в наследство от ее предка - человека.

- Вы допускаете чудесное в эволюционном процессе?

- Я допускаю, что первое человеческое существо появилось не

человека. Их можно сравнить с титанами, гигантами и полубогами из мифов.

- Есть ли более убедительные доказательства, что человек в прошлом был гигантом?

- Еще "отец истории" Геродот писал о нескольких находках огромных человеческих скелетов. Так, кузнец из Тегеи рыл колодец и наткнулся на скелет человека ростом 2,3 м. В другом месте обнару-

Фаланги и суставы достались лягушке в наследство от ее предка - человека.

ставители человечества дичали и мутировали, вырождаясь в обезьян, кошачьих и проч.

Те же, кто более устойчив психологически и физически, становились праотцами следующего человечества. Но за тысячи лет развития их потомки тоже теряли многие навыки. Вот поэтому нынешние люди слабее и глупее своих далеких предков.

По материалам Интернета.

Около 30% веса человека составляет жир. Столько же - у дельфинов, китов и тюленей.

При родах в воде дети сразу проявляют инстинкты водных животных, в том числе рефлекс ныряльщика.

Привычка ходить прямо на двух ногах выработалась на мелководье. Древний человек мог легко встать на задние конечности, поскольку вода поддерживает его тело. Польза очевидна: стоя удобно просматривать дно в поисках пищи.

ЧЕГО НЕ БЫВАЕТ

МОЙ ЛЮБИМЫЙ... ТАРАКАН

В Австралии в перечень домашних животных прочно вошел новый вид - гигантские тараканы.

Его заводят дома и гладят, как кошку?

Мода на таких "домашних питомцев" постепенно охватывает Западную Европу и США. Повальное увлечение гигантскими тараканами в Австралии началось лет пять назад. Сейчас новый вид домашних питомцев составляет серьезную конкуренцию таким традиционным видам, как кошки и собаки. Гигантские тараканы, в отличие от других домашних животных, не вызывают аллергии, не грызут обувь и не портят мебель. Интерес к тараканам настолько велик, что сразу несколько крупных австралийских компаний занялись их экспортом.

"Тараканы пока считаются экзотическим видом домашних животных. Но они очень неприхотливы, а стоимость их содержания минимальна. Дети с удовольствием играют с гигантскими тараканами, при этом домашние питомцы никогда не смогут причинить вред и уж тем более травмировать ребенка", - рассуждает Джон Олайв, возглавляющий крупнейшую фирму-экспортера гигантских тараканов.

Строго говоря, "одомашниванию" подлежит лишь одна разновидность гигантских тараканов - macropanesthia rhinoceros, которую иногда именуют "большенорым тараканом" или "тараканом-носорогом". Эти насекомые водятся на северо-востоке континента в штате Квинсленд. Они достигают в длину 80 мм, весят до 35 граммов и живут до 10 лет. Держать их лучше в банке с песком при комнатной температуре и подкармливать листьями деревьев.

Гигантского таракана можно гладить, словно кошку. Как уверяют некоторые владельцы таких насекомых, при поглаживании их питомцы тихонько шипят от удовольствия.

По материалам Интернета.

НЕССИ ОБЪЯВИЛАСЬ... В РУМЫНИИ

По сообщениям информационных агентств, в Восточной Европе объявилось неизвестное животное, по описаниям напоминающее знаменитую шотландскую Несси.

Собрат лох-несского чудовища обитает в озере Тарница, расположенном на территории Западных Карпат, в 50 км от румынского города Клуж. Водоем глубокий, длина его - около 5 км, ширина - 1 км. Интересно, что по своим топографическим особенностям он сходен с озером Лох-Несс в Шотландии.

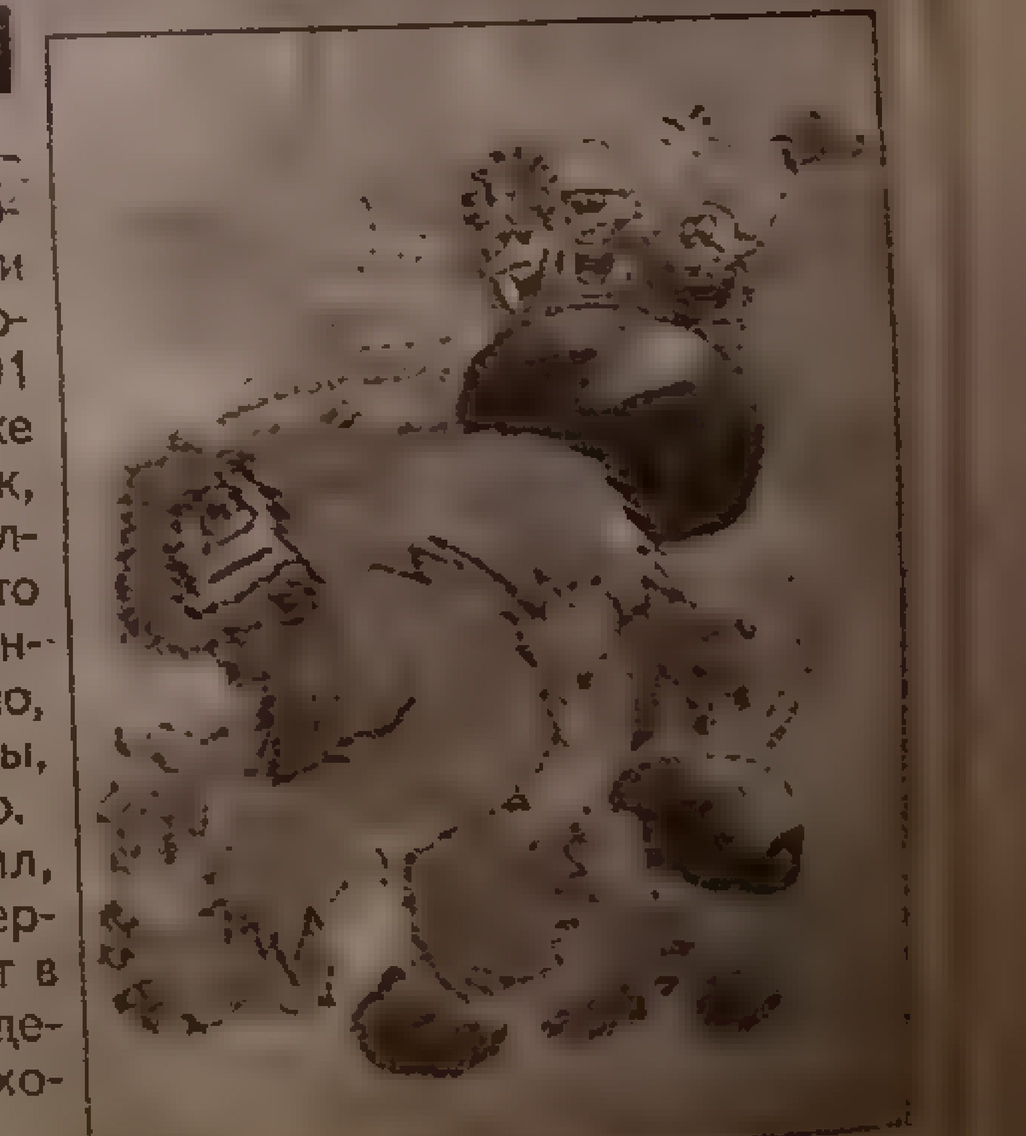
Как-то группа школьников из Клужа отправилась в турпоход по горам. Спускаясь к озеру, они заметили в воде у самого берега какой-то темный предмет. Решив, что это бревно, подростки пошли дальше.

15-летний Виктор Борогинэ, случайно бросив взгляд на бревно, оцепенел: перед ним было живое существо! И какое! Размером с кита, с огромной головой и блестящими глазами, напоминающими автомобильные фары. Хвостом чудище било по воде, вздымая волны...

Придя в себя, Виктор поспешно выхватил фотоаппарат и принялся снимать монстра. Очевидно, внимание чужаков оказалось чудищу не по душе, оно не стало позировать и быстро скрылось в воде.

© **"Мир зазеркалья"**.

ЙЕТИ С ГОРЯЩИМИ ГЛАЗАМИ



Американцы утверждают, что кошмарное чудовище со светящимися глазами живет в северо-восточном национальном парке. По крайней мере, так говорят местные рыбаки. Как сообщил сайт общества охотников за йети и его "приятелем" бигфутом, трое приятелей ловили рыбу ночью на озере Болам и, когда возвращались домой на машине, то свет фар выхватил из лесной темноты черную фигуру большого размера с горящими глазами. Анонимный автор говорит, что он управлял машиной, а с ним ехали два друга, Нейл и Натан.

Кстати, нужно отметить, что 2002 год выдался очень бедным на сообщения об озерных и водяных монстрах. За истекшие 12 месяцев было лишь всего одно сообщение, тогда как лучшими годами по количеству наблюдений озерных монстров можно считать 2001 год и декабрь 2000 года. Даже букмекеры заволновались. Так, например, контора Уильяма Хилла даст 1000 фунтов каждому, кто докажет, что видел озерного монстра Несси из озера Лох-Несс, но, как сами оценивают букмекеры, шансы практически равны нулю.

Как сказал Гари Кэмпбелл, его официальный фан-клуб озерного монстра Несси начинает в 2003 году регулярные наблюдения за озером. Очередные. И, хотелось бы верить, успешные.

КРОВАВЫЙ МИХАЙЛОВСКИЙ ЗАМОК

Это перекресток параллельных миров?

Это здание считается одним из самых загадочных и мистических сооружений Санкт-Петербурга. С ним связано множество невероятных легенд.

По одной из них солдату, стоявшему на часах возле Летнего дворца, построенного императрицей Елизаветой Петровной, явился архангел Михаил. Окруженный чудным сиянием, он повелел часовому немедленно отправляться к императору Павлу Первому и передать ему повеление: разрушить Летний дворец, а на его месте возвести храм во имя архистратига Михаила.

Конечно, трудно представить себе, чтобы император тут же допустил к себе простого солдата и согласился выслушать его. Однако легенда гласит, что Павел Петрович солдата все-таки принял. (знав из уст служивого о воле небесный воле монарха, не прерывал работы ни на один день. "Хочу умереть там, где родился", - говорил Павел Петрович, словно предчувствуя свою близкую трагическую кончину и сознательно стремясь к ней.

Впрочем, ему казалось, что лишь в Михайловском замке он сможет чувствовать себя в безопасности. Он распорядился внести в проект здания множество потайных ходов. Земляные валы и каналы вокруг замка, через которые были переброшены подъемные мосты, по его мнению, должны были защитить его от враждебных посягательств.

Здание стояло, как на острове: помимо естественных водных преград - рек Фонтанки и Мойки - вдоль западного и южного фасадов были прорыты Воскресенский и Церковный каналы. Ночью, когда мосты поднимали, попасть в замок становилось довольно трудно. Однако вскоре после смерти Павла Первого оба канала были засыпаны.

"Я вижу себя со свернутой шеей", - печально заметил Павел

Павел Петрович принялся целовать любезные его сердцу изображения, а потом вдруг тихо произнес: "Мне кажется, что я прощаюсь со своим домом".

Согласно архивным документам, вечером, накануне своей гибели, Павел Петрович посмотрел на себя в зеркало и сказал с печальной усмешкой: "Какое странное отражение. Я вижу себя со свернутой шеей. Ну что же, чему быть, того не миновать", - и удалился в свои покои. Ночью заговорщики задушили своего императора.

И до сих пор на берегах Мойки

смысле осушая его "своими бокалами". И все-таки, когда 1 февраля 1801 года Павел Первый с семейством въехал во дворец, тот еще был не готов для того, чтобы в нем жили люди. Рассказывали, что в залах стоял густой туман. На первом же балу, данном в честь новоселья, туман расположился таким странным образом, что казалось, будто у императора, восседавшего на троне, нет головы. Придворные перешептывались, видя в этом з л о в е щ и й

твоему подобает святыня Господня в долготу дней". Надпись, сделанная старославянским шрифтом, состоит ровно из 47 букв. Случайно ли то, что хозяин замка - император Павел - прожил на свете 47 лет? Это еще одна тайна, которую никогда и никому не раскроет мрачное и загадочное здание возле Летнего сада.

Говорят, что и в наши дни в стенах Михайловского замка можно встретить призрак Павла Первого. Причем выглядит он настолько реально, что некоторые экскурсанты пытаются с ним заговорить. Он появляется обычно ближе к вечеру и стремительной походкой идет по своим бывшим покоям.

Исследователи аномальных явлений уверены: это связано с тем, что место, на котором в свое время был возведен замок, является перекрестком параллельных миров. Именно из параллельного мира и является несчастный император, чтобы еще и

императору Павлу Первому и передать ему повеление: разрушить Летний дворец, а на его месте возвести храм во имя архистратига Михаила.

Конечно, трудно представить себе, чтобы император тут же допустил к себе простого солдата и согласился выслушать его. Однако легенда гласит, что Павел Петрович солдата все-таки принял. Узнав из уст служивого о воле небес, он не стал размышлять, почему же архангел не явился прямо к нему, а предпочел действовать через посредника, и, не колеблясь ни секунды, произнес: "Все будет исполнено".

Строительство замка длилось три с половиной года. Павел постоянно торопил архитектора В.Ф.Бренна, и тот, послушавшись, отправлялся к императору Павлу Первому и передать ему повеление: разрушить Летний дворец, а на его месте возвести храм во имя архистратига Михаила.

Здание стояло, как на острове: помимо естественных водных преград - рек Фонтанки и Мойки - вдоль западного и южного фасадов были прорыты Воскресенский и Церковный каналы. Ночью, когда мосты поднимали, попасть в замок становилось довольно трудно. Однако вскоре после смерти Павла Первого оба канала были засыпаны.

"Я вижу себя со свернутой шеей", - печально заметил Павел.

...Павел Петрович едва дождался окончания строительства. Однако сырое здание не было готово к приему венценосного семейств, и тогда из окрестных сел согнали множество крепостных. В течение нескольких месяцев крестьяне жили в замке, в полном

1801 года Павел Первый с семейством въехал во дворец, тот еще был не готов для того, чтобы в нем жили люди. Рассказывали, что в залах стоял густой туман. На первом же балу, данном в честь новоселья, туман расположился таким странным образом, что казалось, будто у императора, восседавшего на троне, нет головы. Придворные перешептывались, видя в этом зловещий знак.

Впрочем, предчувствие несчастья, казалось, поселилось в покоях замка, не давая покоя его обитателям. Императрица Мария Федоровна, желая сделать супругу сюрприз, заказала сервиз с видами замка. Растроганный Павел потом вдруг тихо произнес: "Мне кажется, что я прощаюсь со своим домом".

Согласно архивным документам, вечером, накануне своей гибели, Павел Петрович посмотрел на себя в зеркало и сказал с печальной усмешкой: "Какое странное отражение. Я вижу себя со свернутой шеей. Ну что же, чему быть, того не миновать", - и удалился в свои покои. Ночью заговорщики задушили своего императора.

И до сих пор на берегах Мойки и Фонтанки высится мрачное кроваво-красное здание Михайловского замка, замка, в котором искал спасение, а нашел смерть Павел Первый. Восточный фасад, смотрящий на Фонтанку, имеет полукруглый выступ с куполом и башенкой. На фризе поблескивают бронзовые буквы надписи: "Дому

Причем выглядит он настолько реально, что некоторые экскурсанты пытаются с ним заговорить. Он появляется обычно ближе к вечеру и стремительной походкой идет по своим бывшим покоям.

Исследователи аномальных явлений уверены: это связано с тем, что место, на котором в свое время был возведен замок, является перекрестком параллельных миров. Именно из параллельного мира и является несчастный император, чтобы еще и еще раз окинуть печальным взором стены, не сумевшие его защитить.

По материалам Интернета.

ЖЕРТВОПРИНОШЕНИЕ ДЬЯВОЛУ

Недавно средства массовой информации сообщили, что в Солнечном микрорайоне Иркутска стали находить искалеченных кур. У одних неизвестные изуверы сняли скальп так, что виднелся череп, у других срезали гребешки. Многие жители Иркутска считают, что дело здесь нечисто. В микрорайоне якобы обосновалась группа колдунов, которые снимают с желающих порчу и сглаз, принося при этом в жертву несчастных квочек.

В происходящем, видимо, еще предстоит разбираться, однако предположение о том, что все это - дело рук колдунов, не так уж нелепо, как может показаться на первый взгляд. В старинных магических трактатах можно встретить описание специальных ритуалов, во время которых нужно обязательно убить или покалечить какое-то животное.

Это было своеобразным жертвоприношением духу, которого собирался вызвать маг, или даже самому дьяволу. Маг должен был очертить себя кругом, произнести специальное заклинание, назвать вызываемого духа по имени и единственным взмахом кинжала перерезать горло жертвенному животному.

Считалось, что таким образом пространство внутри магического ритуала заполняется энергией. Ведь, по мнению колдунов, любое живое существо, будь то человек или животное, является сосудом энергии, освобождающейся в момент смерти. Магический круг должен удерживать высвободившуюся энергию, не давая ей рассеяться, а кроме того, оберегать колдуна от явившегося ему духа.

По мнению магов, огромная энергия содержится в крови животного. Поэтому для того, чтобы вызвать духа, колдуну достаточно окропить себя кровью животного или человека. Обычно дух невидим, но испарения свежей крови делают его доступным для общения с теми, кто присутствует на ритуале.

Может быть, и иркутские покалеченные курицы - результат возрождения древних магических ритуалов современными колдунами?

Лиза ЧЕРНЯЕВА.
© "НЛО".

ЛИНИЯ

ДЕВА МАРИЯ ОБЛЮБОВАЛА НЕБО ЕГИПТА

Жители египетского городка Асьют преисполнены радости и волнения. Ведь именно здесь в небе над церковью святого Марка ровно в полночь появляется силуэт Девы Марии.

Любопытные зеваки с утра занимают места на тротуарах, проезжей части, окнах и крышах близлежащих домов, откуда открывается вид на церковь. И неважно, что ждать приходится более 12 часов, загадочное зрелище того стоит.

Сначала пространство между куполами освещается ярким светом. Потом в ослепительном сиянии проступают контуры белоснежных голубей. И только после этого, когда страсти накаляются до предела, в небе на две-три секунды возникает силуэт Богородицы.

Правда, сценарий "шоу" периодически меняется. Не всегда появляются голуби, да и Деву Марию удается увидеть далеко не каждому. Лишь таинственное свечение еженощно гарантировано всем, желающим полюбоваться на чудо.

© "Ступени Оракула"

ПО СЛЕДАМ СЕНСАЦИИ

ИНОПЛАНЕТЯНЕ ДОБЫВАЮТ НАШ СВИНЕЦ?

В Уссурийской тайге найден "вещдок", поставивший в тупик специалистов

Таинственные камни

Первым эти странные камушки нашел житель приморского города Дальнегорска Валерий Двужильный. По образованию - биолог, по жизни - создатель и директор Дальневосточного научно-исследовательского центра НЛО и сотрудник комиссии по метеоритам Сибирского отделения РАН.

В Дальнегорске всегда хватало аномалий. Здешние жители постоянно и дружно видят НЛО: то загадочные небесные свечения, то отливающие металлом шары, то сигарообразные летающие объекты... Двужильный и его сын - биолог пытаются найти этому объяснение.

Однажды оказались они на старой лесной дороге...

- Машина вдруг заглохла, - рассказывает Двужильный. - Стали толкать. И тут видим: земля подвскрыта, как ножом бульдозера, а под дерном - странные, будто сильно оплавленные камни.

Находки отнесли специалистам объединения "Дальполиметалл". Они выдали Двужильному справку: то, что найдено - продукт переплавки местных полиметаллических руд. То "шлаки подобного свинец или серебро. Остается открытым вопрос: кто и когда производил переплавку местных рудных минералов?"

- Возможно, это деятельность НЛО, - говорит Валерий Двужильный. - Им зачем-то нужны наши металлы. Только это - гипотеза.

Скважины бабы Тани

Признаюсь, к НЛО и его горячим сторонникам я отношусь скептически. Но некоторые факты и мне трудно объяснить. Например, вот что рассказала Татьяна Андреевна Ельникова, работавшая до пенсии в геологических партиях.

- В 1960 году проводили мы с геологом Галей Скутневой съемку местности на горе Больничной. Вдруг вижу - дырка в земле диаметром сантиметров 10, с ровными краями. Думаю, бурундуки схоронили запасы на зиму, достану ка орешков! Сунула руку, а до дна достать не могу. А рядом - еще две такие же дыры. Привязали мы тогда к десятиметровой ленте камушек, опустили - нет дна! Кидаем камни - в ответ ни звука. Что же это такое?

Степан Штемплюк рассказал, как вез недавно рабочих на буровую вышку за Краснореченский перевал. Вечер. Темно. И вдруг гору впереди словно опоясало ярким трассирующим огнем. Все трое путников минуты четыре наблюдали небывалое явление. Пламя то вспыхивало, то гасло и шло от какого-то висящего над сопкой темного тела. Разглядеть его не удалось. Случилось это все в районе речки Синанчи, где расположено крупное месторождение серебра. *Не за ним ли прилетал НЛО?*

Высота 611

Слыть бы Валерию Двужильному чудаком-фантастом, если б не знаменательный в истории мировой уфологии день - 29 января 1986 года. В тот далекий вечер многие жители Дальнегорска стали свидетелями, как в небе по-

ных явлений по уникальности сопоставимы с явлением Тунгусского метеорита", - так оценил эти находки рецензент из Тихоокеанского института географии ДВО РАН.

В стопке официальных заключений от кандидатов и докторов наук из 15 НИИ страны вопросов больше, чем ответов. Про сеточку: "Условия образования и подобный материал современной науке неизвестны". Про оплавленный пень: "Такие структуры не могут быть получены в результате обычного пожара, скорее всего - при сверхвысоких температурах". И, наконец: "Рассеянные свинцовые шарики по всей площади в районе отметки 611... говорит о том, что свинец плавился и на свинце. Изобретение российских ученых".

Опять НЛО?

Последний прилет в Приморье летающего объекта случился недавно на севере края, в Тернейском районе близ села Перетычиха. Это нечто летело в вечерних сумерках со стороны сопок, *имело хвост из черного дыма и пахло серой. Упало в распадок в 3-5 километрах от* села. Был сильный удар и столб дыма высотой с километр. А назавтра люди видели, как над местом падения кружил вертолет.

Правда, на место так никто и не поехал: у всех свои дела... А в районной газете появилось объявление: "Продаю дорого обломок метеорита, упавшего в районе с. П

...ать. И тут видим: земля подвскрыта, как ножом бульдозера, а под дерном - странные, будто сильно оплавленные камни.

Находки отнесли специалистам объединения "Дальполиметалл". Они выдали Двужильному справку: то, что найдено - продукт переплавки местных полиметаллических руд, но "шлаки подобного типа никогда не производились нашим предприятием".

"Условия образования и подобный материал современной науке неизвестны".

Геологический анализ образцов тоже не прибавил ясности: "Не принадлежат к какому-либо известному в геологии типу вулканических, осадочных, горных пород, не является природным материалом, а искусственного неясного происхождения... Переплавка происходила при сверхвысоких температурах и в особых условиях. Плавка полиметаллических руд на костре или в кустарных домнах исключается. Вероятно, извлекался

Вдруг вижу - дырка в земле диаметром сантиметров 10, с ровными краями. Думаю, бурундуки схоронили запасы на зиму, достанука орешков! Сунула руку, а до дна достать не могу. А рядом - еще две такие же дыры. Привязали мы тогда к десятиметровой ленте камушек, опустили - нет дна! Кидаем камни - в ответ ни звука. Что же это такое? Галя сказала, что на обычные буровые скважины не похоже. А тут еще рядом увидели несколько рудных оплавлений - шлаков. Доложили мы начальству, сдали шлаки на анализ. Но ответа не было...

А еще не может забыть баба Таня чудо природы - рядом со скважинами рос "аномальный" лимонник: ягоды - как гигантский виноград, а обычно - как брусника.

Водитель геологической машины предприятия "Дальполиметалл"

речки Синанчи, где расположено крупное месторождение серебра. Не за ним ли прилетал НЛО?

Высота 611

Слыть бы Валерию Двужильному чудаком-фантастом, если б не знаменательный в истории мировой уфологии день - 29 января 1986 года. В тот далекий вечер многие жители Дальнегорска стали свидетелями, как в небе появился, пролетел над центром города, едва не врезавшись в крышу автовокзала, и упал на сопку Известковую на высоте 611 метров некий круглый, светящийся, будто раскаленный металл, объект.

Американцы, снявшие потом об этом фильм, утверждали, что советская власть утаила от мира обломки НЛО.

- Ерунда. НЛО тогда, в 86-м, действительно потерпел аварию, но с шестой попытки ему удалось взлететь, - говорит Двужильный. - Однако "вещдоки" после себя он оставил. - И показал мне оплавленную деревяшку и какую-то сеточку...

"Вещественные остатки подобных официальных заключений от кандидатов и докторов наук из 15 НИИ страны вопросов больше, чем ответов. Про сеточку: "Условия образования и подобный материал современной науке неизвестны". Про оплавленный пень: "Такие структуры не могут быть получены в результате обычного пожара, скорее всего - при сверхвысоких температурах". И, наконец: "Рассеянные свинцовые шарики по всей площади в районе отметки 611... говорят о том, что свинец плавился и кипел не на земле, а над землей, на высоте до 1 метра, откуда и происходило разбрызгивание. Химический состав шариков сильно отличается от выпускаемого промышленностью".

Значит, выдвинул гипотезу Валерий Двужильный, этот металл мог быть взят НЛО из здешних недр, а потом в результате аварии 29 января 1986 года свинец был либо "потерян" на высоте 611, либо переплавлялся прямо на борту летающего объекта.

- Зачем?!

Вместо ответа исследователь предложил мне почитать статью "Новый тип атомного реактора

давно на севере края, в Тернейском районе близ села Перетычиха. Это нечто летело в вечерних сумерках со стороны сопок, имело хвост из черного дыма и пахло серой. Упало в распадок в 3-5 километрах от села. Был сильный удар и столб дыма высотой с километр. А назавтра люди видели, как над местом падения кружил вертолет.

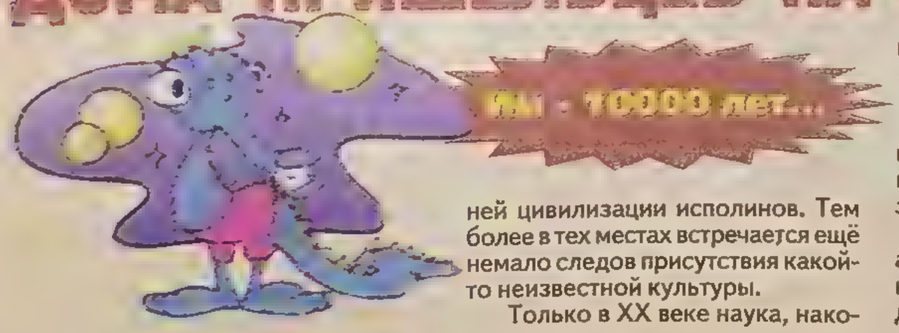
Правда, на место так никто и не поехал: у всех свои дела... А в районной газете появилось объявление: "Продаю дорого обломок метеорита, упавшего в районе с. Перетычиха..." Вот уж действительно все на продажу!

Валерий Двужильный не верит в метеорит. Потому что, говорит, дымный шлейф более характерен для обломков ракетно-космической техники или же... НЛО. Сейчас Двужильный с сыном собирается в экспедицию: по дороге хотят осмотреть и одну необычную гору, вершина которой плоская, как аэродром, и все те же оплавленные шарики рядом валяются.

По материалам Интернета.

КТО ТАМ?

ДОМА ПРИШЕЛЬЦЕВ НА КАВКАЗЕ?



В горах Северного Кавказа скрыты странные сооружения из каменных плит.

Местное население называет их дольменами - "домами вечности". Кто и зачем построил их? Неведомо... Первый дольмен был открыт в 1794 году в окрестностях Геленджика академиком Петром Палласом. Учёный решил, что перед ним гробница какого-то адыгейского князя.

В начале XIX столетия русская археологическая экспедиция побывала на берегу реки Пшады. Там археологи услышали от местных жителей о каменных "домах вечности". Но никто из адыгейцев не соглашался исполнять обязанности проводника для русских - все как один уверяли, что к дольменам опасно. Безнаказанно посещать их имеют право лишь "призванные богами". Именно боги выстроили эти сооружения много лет назад.

Участникам экспедиции удалось выяснить, что богами здесь называли племя великанов, когда-то "упавших на землю вместе с огненным дождём". Мысль об инопланетянах тогда ещё не могла прийти никому в голову, и исследователи выдвинули гипотезу о существовании на Кавказе некой древней цивилизации исполинов. Тем более в тех местах встречается ещё немало следов присутствия какой-то неизвестной культуры.

Только в XX веке наука, наконец, сумела определить возраст дольменов - от 5 до 10 тысяч лет! Профессор археологии Лев Лавров и его ученик Константин Марковин вдвоём отыскали более 2000 загадочных каменных объектов. Внешне дольмены выглядят как крошечные (около полутора метров в высоту) ромбовидной формы хижины с круглыми отверстиями-входами.

Территория вокруг дольменов являет собой типичную аномальную зону - здесь часто наблюдают НЛО и другие сверхъестественные феномены. По поверью, вблизи дольменов нельзя строить жилища... Аборигены считают эту землю священной.

По мнению исследователей, аномальные феномены объясняются особенностями энергетики данной зоны. Они расположены в определённом порядке, образуя мощные биоэнергетические цепи. Уфологи полагают, что "дома вечности" - это "центры связи" Земли с другими космическими цивилизациями. Возможно, и строили их представители иной цивилизации: плиты уложены ровно, ничем не скреплены, но тем не менее сдвинуть их с места не способна никакая сила.

Маргарита ТРОИЦЫНА.
© **"Незримая сила".**

ПУНКТ ПО ПРИЕМУ ГУМАНОИДОВ

И это не шутка. Дело в том, что в Израиле открыто вполне официально представительство для приема пришельцев из космоса. На этой почве в Израиле даже существует целое международное движение.

Интересно то, что это движение было создано в свое время спортивным французским журналистом Клодом Корилоном, который в какой-то момент взял псевдоним Ражль. По его словам, еще в 1972 году во время очередного всхождения он встретился в кратере вулкана с некими космитами, которые назвали себя элохимами.

Тогда же в кратере вулкана инопланетяне сообщили ему, что уже посещали Землю в далеком прошлом. Пораженный журналист спустился и принял решение организовать для инопланетян достойную встречу.

НЕУЖТО РОССИЯ ПОЛЕТИТ НА МАРС ОДНА?

Каким должен быть корабль и сможет ли он вернуться?

...До Марса лететь - три месяца, а для возвращения на Землю потребуется - год

Есть большая разница между полетом вокруг Земли на относительно малой высоте, когда можно отчалить на космическом корабле от орбитальной станции и спуститься на Землю, и межпланетным полетом. В последнем случае, если полет будет прерван, например, из-за болезни, и то и, не дай Бог, из-за смерти космопроходца, скорое возвращение невозможно.

Туда и обратно?

Это обусловлено особенностями космической навигации в межпланетном пространстве. Там летают [illegible] наименьшими путями (так как [illegible] требует огромного расхода энергии), а по эллиптическим орбитам, используя взаимоположение планет. Так вот, через 120 дней [illegible] количественном составе экипажа. Некоторые специалисты полагают, что достаточно иметь экипаж из трех человек: командира, он же штурман, космонавта-исследователя, он же бортинженер, врача, который может совместить эту профессию с профессией оператора космической оранжереи.

По одному из вариантов (российскому) полета на Марс на борту корабля может находиться всего лишь 4 человека. Такой состав якобы диктуется необходимостью экономно отнестись к весу и объему корабля, оборудования, запасов пищи, воды, энергетических источников и т.п.

Но думается, что с учетом особенностей марсианской экспедиции необходимо вдвое-втрое увеличить состав экипажа. Для повышения надежности и оказания возможной взаимопомощи марсонавтам целесообразно отправиться в полет на двух кораблях одновременно. На каждом может быть экипаж, например, из шести человек, то есть полетит всего в общей

Биомеханика движений человека на Красной Планете будет сильно отличаться от земной. Может резко упасть двигательная активность человека, а сама работа потребует чрезмерных затрат сил (поэтому необходима будет частая сменяемость работающих).

Из сказанного становится понятным, что специалистам предстоит отработать огромный комплекс вопросов, направленных на обеспечение безаварийной работы космонавтов и космической техники. И самое главное - добиться благополучного возвращения на Землю такой уникальной экспедиции.

Даже при пониженной силе тяжести при путешествии по поверхности Марса не очень-то "напрыгаешься" на своих двоих, как это было на Луне. Необходимы будут специальные "марсоходы" - тележки, марсианские автомобили.

Марсианские сутки...

Несмотря на близость марсианских и земных суток по своей продолжительности, вопрос адаптации к марсианскому времени очень беспокоит биоритмологов. Результаты медико-биологических [illegible] проведенных на

ровки и налаживания дыхательной гимнастики.

Реально ли России лететь в одиночестве?

В прессе уже появилась информация о том, что на РКК (Ракетно-космическая корпорация) "Энергия" существует проект пилотируемого полета на Марс. Это комбинированный вариант: люди плюс робот - без высадки человека [illegible] Земной экипаж из

ищет воду, следы жизни, берет пробы грунта и т.д.

Вес марсианского корабля *по этому проекту около 500 тонн, он многоразового пользования - на манер шаттлов. Предполагают, что он может быть рассчитан на 15 лет непрерывной эксплуатации.*

За чем же стало дело?

Россияне, а это ни много ни мало до 60% опрошенных [illegible]

Это обусловлено особенностями космической навигации в межпланетном пространстве. Там летают не кратчайшими путями (так как это требует огромного расхода энергии), а по эллиптическим орбитам, используя взаимоположение планет. Так вот, через 120 дней после отлета с околоземной орбиты по направлению к Марсу для возвращения на Землю потребуется около 350 суток, то есть почти год. Следовательно, 3 месяца пути "туда" потребует уже 12 месяцев пути "обратно".

Необходимо учесть также не только увеличение продолжительности полета, но и его специфические особенности. С большой вероятностью можно ожидать возникновения нервно-эмоционального стресса (на иных этапах полета ввиду полной невозможности возвращения), чувства отрыва от Земли и космической ностальгии; дискомфортность относительно тесных помещений может вызвать напряжение в коллективе; индивидуально у каждого могут возникать галлюцинации.

Проблемным является вопрос о

Но думается, что с учетом особенностей марсианской экспедиции необходимо вдвое-втрое увеличить состав экипажа. Для повышения надежности и оказания возможной взаимопомощи марсонавтам целесообразно отправиться в полет на двух кораблях одновременно. На каждом может быть экипаж, например, из шести человек, то есть полетит всего в общей сложности 12 человек.

Корабли должны лететь в непосредственной близости друг от друга, иметь радиотелевизионную связь, чтобы экипажи могли осуществлять прямые контакты в эфире. Необходимо предусмотреть возможность пристыковки одного корабля к другому и переходных шлюзов

Жуткие условия

Если вспомнить, что астронавты жаловались на усталость и быструю утомляемость при работе и передвижении на Луне, то можно представить, что на Марсе гравитационный фактор будет иметь еще более существенное значение. Проще говоря, и утомление будет нарастать быстрее, и время эффективной работы на поверхности значительно сократится.

ности Марса не очень-то "напрыгаешься" на своих двоих, как это было на Луне. Необходимы будут специальные "марсоходы" - тележки, марсианские автомобили.

Марсианские сутки...

Несмотря на близость марсианских и земных суток по своей продолжительности, вопрос адаптации к марсианскому времени очень беспокоит биоритмологов. Результаты медико-биологических экспериментов, проведенных на Земле, с изоляцией человека от внешнего мира, показали, что вопрос перехода на иные режимы сна и бодрствования не так прост, как кажется.

Эксперименты по изоляции показали, что человек с трудом приспосабливается к суткам длительностью как 23 часа, так и 25 часов. Такие исследования были проведены еще в конце 1960-х - начале 1970-х годов.

Тогда задумались над тем, чем можно подкреплять, поддерживать новый биоритм человека, допустим, адаптируя организм к ритму в 24 часа 36 минут, как это есть на Марсе. Рассматривались различные предложения, от медикаментозной регуляции (что, понятно, не здорово) и до аутогенной тренировки и налаживания дыхательной гимнастики.

Реально ли России лететь в одиночестве?

В прессе уже появилась информация о том, что на РКК (Ракетно-космическая корпорация) "Энергия" существует проект пилотируемого полета на Марс. Это комбинированный вариант: люди плюс робот - без высадки человека на Планету. Земной экипаж из четырех человек долетает до Марса, переходит в режим орбитального полета. С марсолета спускается на поверхность Красной Планеты аппарат с роботом. Люди, таким образом, остаются на орбите и управляют действиями механического и электронного марсонавта. Последний, собственно, исследует поверхность Марса: ищет воду, следы жизни, берет пробы грунта и т.д.

Вес марсианского корабля *по этому проекту около 500 тонн, он многоразового пользования - на манер шаттлов. Предполагают, что он может быть рассчитан на 15 лет непрерывной эксплуатации.*

За чем же стало дело?

Россияне, а это ни много ни мало до 60% опрошенных, - за такую экспедицию (жив еще, оказывается, в нас дух романтики!). Космонавты - тем более за такой полет. Инженеры считают, что их системы уже практически готовы для организации этой экспедиции, даже силами одной России.

Лев МЕЛЬНИКОВ.
© "Гороскоп".

ИНОПЛАНЕТЯНЕ СТРОЯТ ВТОРУЮ ЗЕМЛЮ

В начале этого грандиозного открытия лежит уже покрывшаяся пылью загадка кругов на полях. Дело в том, что одному российскому ученому удалось расшифровать эти круги, и выяснилось, что круги на самом деле - это письмена. Кроме того, совсем недавно было сделано другое открытие, была обнаружена "лишняя планета", которая является близнецом Земли.

Непонятный объект диаметром свыше 700 километров увидели из астрономической обсерватории NASA. Планетарное образование находится недалеко от орбиты Сатурна, что по космическим понятиям рукой подать.

Кроме того, в последние несколько лет ученые заметили, что активизировался сброс ледникового панциря Антарктиды и даже уменьшилась соленость воды, но уровень Мирового океана не повысился. А не повысился потому, что землю из него вычерпали. Для чего? Ответ прост и в то же время невероятен. Он-то и открылся после расшифровки кругов.

Дело в том, что инопланетяне строят для нас новую планету. Ядро и кору новой Земли делают из материала Сатурна, почву привезут от нас, а воду - со спутников Юпитера. Ее строительство завершится приблизительно в 2014 году, и скоро можно будет переезжать.

Но кто должен будет заселить новую Землю? Согласно все тем же расшифровкам, на новую землю будут отправлены потенциальные грешники. Проще говоря, все те, кто плохо ведет себя здесь, на Земле. Каким образом? Это пока неизвестно.

До 2014 года еще далеко, а все новые и новые круги продолжают появляться на полях. Может быть, инопланетяне поподробней напишут о своих замыслах.

НЕБЕСНЫЕ ФЕНОМЕНЫ

Можете ли вы себе представить перламутровые облака? Еще недавно подобное небесное явление приводило в ужас землян, но в наши дни все уже попривыкли к необычному. Перламутровые облака неожиданно появились в Осло, что в Норвегии. Это странное небесное явление происходит из-за специфического расположения кристалликов льда и особого состояния атмосферы.

А в небе Киргизии житель Бишкека заснял на бытовую видеокамеру НЛО. Ему удалось зафиксировать на японскую видеокамеру необычные объекты около 3 часов ночи в горах на трассе Бишкек-Ош в районе высокогорного перевала Тюя-Ашу, где он оказался вместе с семьей, возвращаясь из поездки к родственникам.

А вот два канадца сообщили, что видели небесный овал. Основное тело странного овала было белого цвета, и вокруг него находилось газовое облако сине-зеленого цвета. Они наблюдали овал 5-6 секунд, до тех пор пока объект, передвигавшийся достаточно быстро, не скрылся за горой. Примечательно, что в шахтах Эндако добывают молибден, они расположены как раз в том месте, где и произошла встреча с овалом.

Нечто похожее порой видят и пилоты. Так, трое пилотов в штате Оклахома сделали несколько интригующих фотографий сферических облаков, которые простые люди часто принимают за НЛО. Два из них были обычные, а вот на третьем был виден небольшой круглый объект в центре. На естественный вопрос, "что сняли пилоты, НЛО или облака?", ответа пока не может дать никто.

СДЕЛАЙТЕ ИЗ МЕНЯ... ВОЛЧИЦУ!

За 600 $ нам нарастят рожки, превратят в ящерицу... Но надо ли это?

Джо Розен разрабатывает методы, которые - при желании - могут сделать любого из нас похожим не только на животное или птицу, а и на кого или что угодно.

Он работает (и работает на совесть!) в Дартмусском медицинском центре, и он был научным консультантом НАСА. И он со всей серьезностью верит, что сделать человека крылатым ему под силу, поскольку научная база для таких разработок имеется.

Известно, что так называемая "карта мозга" может меняться. Когда ампутируют какой-то орган, то он постепенно исчезает с карты мозга. А если добавить человеку нечто новое, то карта мозга расширится. "Если я дал бы вам крылья, - говорит Розен, - у вас в прямом смысле слова появился бы крылатый мозг. Наши органы тела меняют наши умственные способности - это нечто такое, что можно лепить, формовать и переделывать до бесконечности.

Не откроем ли мы пластическими операциями ящик Пандоры со всеми биологическими кошмарами?

Сможет ли такой крылатый человек летать? Скорее всего, нет, не сможет. Поначалу разве что вспархивать будет - в лучшем случае. Зато со своими откидными створками из кости и плоти человек будет похож на ангела (если пожелает). Это ли не сенсация? Розен, кстати, уже разработал проект и чертежи такой "реконструкции".

Пластическая хирургия - это новый мир, где Розен чувствует себя творцом. Приладить человеку инородные крылья - это не то, чего он жаждет. Вот вырастить их, сделав неотъемлемой частью тела, дело другое. Он уже работал над имплантатами, улучшающими слух (и этим, кстати, очень даже заинтересовались военные ведомства США, понимающие, насколько это приближает осуществление идеи о солдате-сверхчеловеке). Занимался Розен и имплантированием хвостов. И это, понятное дело, еще не предел.

Бизнес не дремлет!

Опыт общения с людьми, которые радикально изменили свое тело, имеет, например, Джим Рос, руководитель передвижного цирка, или "паноптикума". Прежний его коллега, известный под кличкой "Загадка", приобрел теперь... рожки. В самом деле! И эти рожки имплантированы в его череп. Они сделаны из коралла, который воспринимается нашим организмом как подобие кости. Каждый год эти рожки делают все более крупными, поскольку требуется время, чтобы кожа соответствующим образом растянулась. "Загадка" хотел еще имплантировать себе драгоценности под брови, но врачи категорически не советуют этого делать. И "рогатый" сдался.

В темных уголках большинства городов (и не только американских - наших тоже) расплодились теперь фирмы, клиники и просто предприимчивые дельцы-одиночки, охотно помогающие человеку изменить свой имидж. Выбор средств обширен. Все это обычно называют одним емким термином - "модификация тела". Заплатив от 300 до 600 долларов, можешь заказывать "музыку", и специалист вставит под кожу что угодно и где угодно.

А где пределы?

Мастерство врачей и хирургические методы развиваются очень быстро, и мы уже начали считать нормальным, что каждый год 2 миллиона людей в Европе и Америке позволяют кромсать свою плоть просто ради того, чтобы улучшить свою внешность. Церковь, правда, в ужасе - как можно вмешиваться в промысел Божий? Религиозные деятели говорят: "Господи, ну как же можно смешивать человека и свинью? А тем более, если это не пересадка отдельного "свинского" органа, а подмешивание в наш геном ДНК животных. Не богопротивное ли это дело?

Кое-кто из исследователей тоже, кстати, сомневается, не опасно ли "размывать межвидовые границы". Не откроем ли мы тем самым ящик Пандоры со всеми биологическими кошмарами? Иными словами, мы еще и понятия не имеем, какие ужасы можем невольно спровоцировать. И не пойдет ли эволюция вспять - от человека назад к животному, к парку Юрского периода?

Однако мы уже взялись за дело!

Светлана Павлова.
© "Незримая сила".

Заполни купон
Прислав его вместе с 10 отрывными
Суперакция West — Линия отрыва

сделаны из коралла, который вос-

плоть просто ради того, чтобы улучшить свою внешность. Церковь,

Кое-кто из исследователей тоже, кстати, сомневается, не опасно ли "размывать межвидовые

Светлана Павлова.
© "Незримая сила".

ПОИСК

Суперакция West — Линия отрыва

Не упусти возможность оторваться!

Суперакция West Линия отрыва в самом разгаре!
Такого еще не было ни у кого —
ты сам выбираешь себе [illegible]
Призовой фонд тает на глазах!
Осталось всего 2 [illegible] рублей
Получи карточку West Money и [illegible] любую
покупку, не отрываясь от компьютера.
[illegible]

Подробности на сайте [illegible]
Телефон горячей линии: [illegible]

призовой фонд
2 846 066

50 рублей West
ЛИНИЯ ОТРЫВА
index деньги

ЛИНИЯ ОТРЫВА

Фамилия

Имя

Отчество

Пол Дата рождения

Телефон

Индекс

Область/Край/АО

Город

Населенный пункт (деревня, поселок, станица)

Улица/Проспект/Переулок

Дом Корпус/Строение Квартира

Какую марку сигарет вы курите в настоящее время

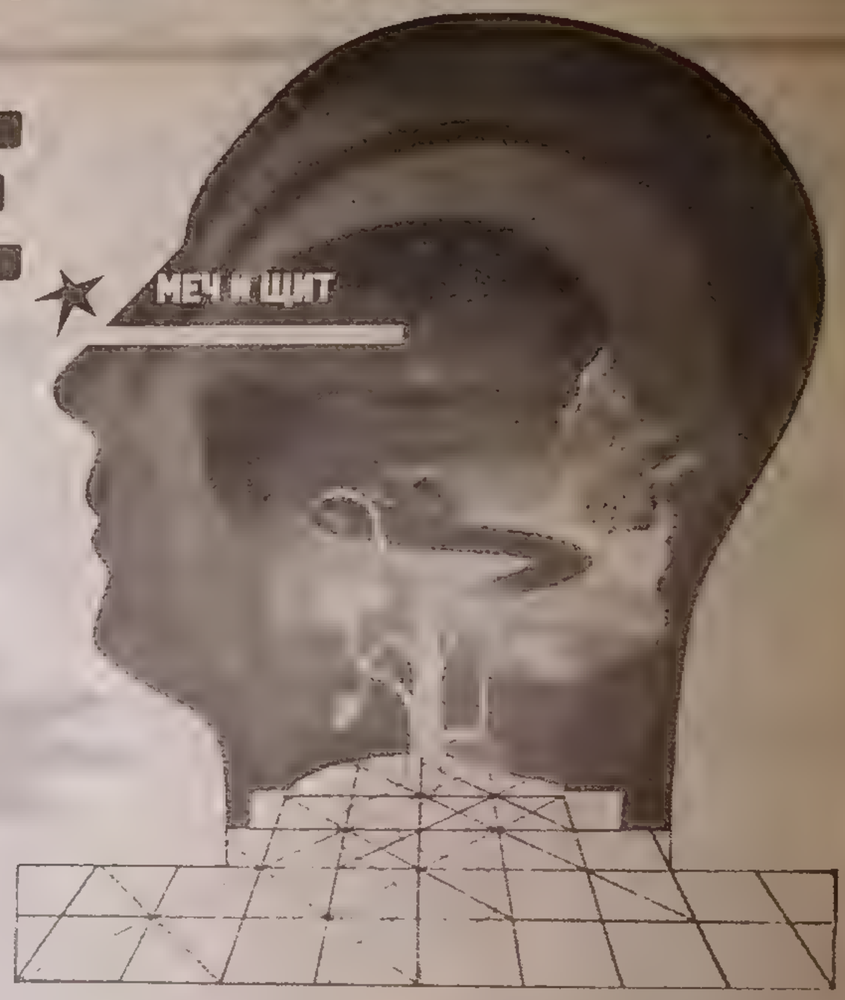
Какую марку сигарет вы курите время от времени, помимо вашей основной марки

Количество присланных ленточек – 10 или 20

Своей подписью я подтверждаю, что являюсь гражданином Российской Федерации старше 18 лет и потребителем сигарет. С правилами ознакомлен(а).

МИНЗДРАВ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ: КУРЕНИЕ ОПАСНО ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

УКРОЩЕНИЕ ЦУНАМИ



Воины загадочного ордена "саньин" могут запросто обуздать волну-убийцу?

"Если человечеству суждено погибнуть от нового всемирного потопа, его карающим мечом будет цунами"..

Это изречение я когда-то услышал от сахалинских айнов. Подобные пророчества есть и у корейцев, и у японцев.

Вообще-то, в переводе с японского "цунами" означает "большая вода в гавани". Порождают эти почти всегда смертоносные волны извержения подводных вулканов и смещение больших пластов морского дна.

Портрет монстра

Первые свидетельства о цунами датированы 479 годом до нашей эры. За последние примерно две с половиной тысячи лет человечеством зафиксировано больше трех тысяч цунами. Почти семьдесят пять процентов из них происходили в Тихом океане, девять - в Атлантическом, двенадцать - в Средиземном, три - в Индийском, и лишь один процент приходится на остальные моря и океаны.

Чаще всего водяные монстры обрушиваются на берега Японии, Гавайских островов, Аляски, Чили.

махина была зафиксирована всего однажды: 9 июля 1958 года на Аляске - ее породил обвал в горах. Она пронеслась по фиордообразному заливу Литуя со скоростью 16 километров в час.

По самым приблизительным подсчетам, за последние два тысячелетия цунами погубили более пятнадцати миллионов человек.

Ужасная трагедия произошла в 1883 году в Индонезии, когда цунами, порожденное извержением вулкана Кракатау, унесло жизнь 36 тысяч человек.

Не меньше горя принесла волна-убийца летом 1896 года в Японии. Те, кому удалось выжить, рассказывали, что слышали какие-то странные звуки, ясно различимые на фоне грохота надвигающегося шквала, - они парализовали волю, порождали боль в затылке и позвоночнике. Люди тогда так и не поняли природу этого странного гула - не до того было: семь 36-метровых волн обрушилось на побережье, погубив 27 тысяч человек. А 1 сентября 1923 года взметнувшаяся, кажется, до самых небес водяная [illegible] накрыла Токио и Иокогаму,

стран. Осенью 1737 года гигантская 60-метровая волна нагрянула на Командорские острова. Больше всего от нее пострадали бедолагикиты, останки которых после находили в трех - пяти километрах от побережья острова Беринга. Еще больше, чем Командорам, достается от цунами Курилам...

Первая волна сорвала с фундаментов здания. Откатившись, она как бы выпила, увела с собой прибрежную воду, обнажив на двести-триста метров по ширине вдоль всего берега полосу дна прилива... И снова раздался крепнущий гул. Это гремели барашки, закипевшие на второй волне, столь же стремительно надвигавшейся на берег..." Так описывает нашествие цунами исследователь Дальнего Востока Юрий Ефремов.

Цунами могут двигаться со скоростью 790 километров в час. И достигать в высоту... 500 метров!

Но, оказывается, есть на земле люди, которые с цунами...дружат.

Воины теневой

средние века характеризовали воинов загадочного ордена санъин, что в переводе с японского означает "теневая сторона".

Район с таким названием есть в прибрежной зоне Японии. Здесь расположены невысокие гранитные горы, покрытые широколиственными и субтропическими лесами. Самая высокая из вершин - Дайсен. Но и она едва превышает 1700 метров.

В современной литературе ничего не говорится о том, как образовался орден санъин, кто был его создателем, как проходили обучение и тренировки воинов. Но в преданиях упоминается, что начало организации было положено именно здесь, на горе Дайсен.

Говорят, и в наше время иногда можно встретить на Дайсене воинов

жия. Они сами - смертоносная сила, как и цунами, которые они обуздали, посвятив этой удивительной технике годы учения.

В легендах и преданиях говорится, что вожди и учителя ордена каким-то образом задолго узнавали, когда и в каком месте на Тихом океане произойдут цунами, и отправлялись туда со своими учениками. Для них не существовало границ и расстояний. Предупредив местное население о приближающейся опасности, они помогали людям найти убежище, а сами оставались в ожидании волны.

Знатоки древних тайн считают, что приближающиеся цунами помимо обычного грохота издают инфразвук, отличающийся малой частотой. Воины санъина знали секреты воздействия инфразвука и потому умели опасного врага обратить в союзника.

Члены ордена не убегали от цунами, а кидались навстречу. Непонятным образом они возносились на самый гребень смертоносной

...ходили в Тихом океане, девять - в Средиземном, три - в Индийском, и лишь один процент приходится на остальные моря и океаны.

Чаще всего водяные монстры обрушиваются на берега Японии, Курильских и Гавайских островов, Камчатки, Аляски, Чили.

По некоторым данным, цунами могут двигаться со скоростью 790 километров в час. И достигать в высоту... 500 метров! Правда, такая...

...на фоне грохота надвигающегося шквала, - они парализовали волю, порождали боль в затылке и позвоночнике. Люди тогда так и не поняли природу этого странного гула - не до того было: семь 36-метровых волн обрушилось на побережье, погубив 27 тысяч человек. А 1 сентября 1923 года взметнувшаяся, кажется, до самых небес водяная гора накрыла Токио и Иокогаму, унеся жизни миллионов людей.

Напрасно думаете, что цунами терзают лишь берега далеких...

со скоростью 790 километров в час. И достигать в высоту... 500 метров!

...волне, столь же стремительно надвигавшейся на берег..." Так описывает нашествие цунами исследователь Дальнего Востока Юрий Ефремов.

Но, оказывается, есть на земле люди, которые с цунами...дружат.

Воины теневой стороны

"Они умеют незаметно и бесшумно отступать. Они умеют стремительно наносить удары. Разят наповал - и нет от них защиты. Ибо они сосредотачивают в себе могущество и тайну цунами". Так в...

...рится о том, как образовался орден санъин, кто был его создателем, как проходили обучение и тренировки воинов. Но в преданиях упоминается, что начало организации было положено именно здесь, на горе Дайсен.

Говорят, и в наше время иногда можно встретить на Дайсене воинов санъин. Но воин ничем не выдаст своего особого предназначения...

Члены этого ордена умеют хорошо маскироваться, менять внешность, скрывать чувства. Они не носят, как ниндзя, специальные одежды, не держат при себе ору...

Знатоки древних тайн считают, что приближающиеся цунами помимо обычного грохота издают инфразвук, отличающийся малой частотой. Воины санъина знали секреты воздействия инфразвука и потому умели опасного врага обратить в союзника.

Члены ордена не убегали от цунами, а кидались навстречу. Непонятным образом они возносились на самый гребень смертоносной волны и через какое-то время живыми и невредимыми оказывались на земле в безопасном месте. А "укрощенное" цунами откатывалось назад в океан.

Вадим БУРЛАК.
© "Оракул".

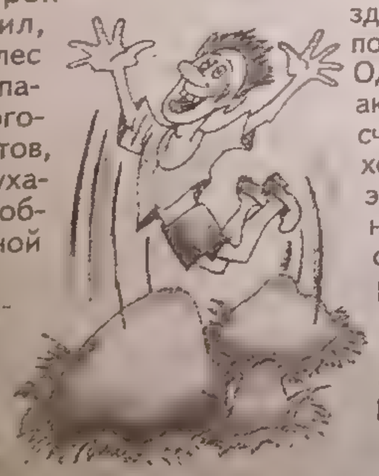
ЗОНА

ВАЛУНЫ МОГУТ ЛЕЧИТЬ

На территории Латвии, недалеко от Риги, расположена, возможно, самая мощная аномальная зона в мире - Покайнский лес...

Об особенностях этого места заговорили в 1996 г., после того как рижский исследователь Ивар Викс поведал журналистам о странных метеорологических аномалиях и загадочных свойствах находящихся там камней. Вскоре после этого Викс скончался от какой-то непонятной болезни.

Исследования продолжил другой латвийский ученый - Евгений Сидоров, по профессии физик-радиоэлектронщик. Он выяснил, что Покайнский лес является местом паломничества многочисленных туристов, привлеченных слухами о том, что он обладает целительной силой.



Действительно, место таинственное. Рельеф холмистый, при... холмов ровно... сосна и дубов... отчего-то растет лишь с одной стороны. Но самое главное - здешние камни! Никто не знает, откуда взялись эти увесистые валуны.

Еще в давние времена Покайнский лес считался необычным, сакральным местом. Рассказывают, что здесь собирались 30 жрецов-друидов, каждый из которых управлял погодой со "своего" холма. Между прочим, по словам местных жителей, в Покайни всегда стоит хорошая погода. Даже если неподалеку идет снег или дождь, над лесом ярко светит солнце. Это отмечают и исследователи.

Далее, согласно легенде, здесь под одним из холмов покоится какой-то объект... Одни говорят, что это радиоактивный метеорит, другие считают, что это древнее захоронение. Кстати, камни на этом холме, носящем название Зиккурат, выложены в строго определенном порядке - сориентированы по частям света. Похоже, некогда каменная кладка служила компасом.

Маргарина ТРОИЦЫНА.
© "Мир зазеркалья"

ПАРАПСИХОЛОГ МАЛЬЦЕВ ИСПРАВИТ ВАШУ СУДЬБУ!

"С мужем мы прожили без малого 30 лет. Виктор аккуратный, работящий человек, любая работа спорится в его руках. В семье царил мир и достаток. Поэтому мы были в центре внимания недобрых и завистливых людей. Виктор всегда любил расслабиться с бутылочкой пива. Сначала это не сильно бросалось в глаза. Но несколько лет назад он стал приходить мертвецки пьяный, бросил работу. Семейная жизнь превратилась в настоящий кошмар. Пробовала лечить Виктора, ходила к бабкам, гадалкам, но ничего не помогало. В полном отчаянии написала письмо парапсихологу Владимиру Николаевичу Мальцеву. Находясь за тысячи километров, он исправил нашу судьбу. Впервые я плакала не от горя, а от счастья, что муж не пьет!

Елена Ивановна, г.Томск".

"После родов я сильно поправилась. Слезы лились из моих глаз, когда я смотрела в зеркало на свои толстые ноги и большой живот. Нет на свете таких диет, которые я не испытала, нет таких средств для похудания, которых не испробовала. Деньги на ветер, и никаких изменений. Только обратившись к парапсихологу Владимиру Николаевичу Мальцеву, я избавилась от этих килограммов.

Евгения, 46 лет".

Парапсихолог В.Н.Мальцев заочно снимет порчу, избавит от пьянства, ожирения, соединит семьи, исправит вашу судьбу и судьбу ваших близких.

Заполните купон собственноручно печатными буквами.

Да, Владимир Николаевич, мне и моим близким нужна Ваша помощь. Прошу Вас выслать подробное разъяснение в мой адрес:

Ф.И.О. _____

Дата рождения _____ Вес: ☐ - нормальный; ☐ - избыточный.

Почтовый индекс: _____

Подробный адрес: _____

Св. № 8722 СР. На правах рекламы

Отправьте купон и краткое описание проблемы по адресу:
344010, г. Ростов-на-Дону, а/я 222 «Р», Мальцеву Владимиру Николаевичу.

Испокон веков известно: зубы - ключик к хорошему здоровью. Чем лучше зубы, тем энергичнее, сильнее и крепче их владелец, и наоборот.

ЗУБ ЗА ЗУБ

ГЛЯДИ В ОБА

Как уберечь свои "жемчуга" от козней нечисти?

В это верили наши пращуры и нам завещали. При этом всю ответственность за плохие челюсти народная молва всегда сваливала на нечистую силу. Ведь ей, проклятой, наслать на хилого человека какую-нибудь зубную болячку - раз плюнуть. Стало быть, единственный способ уберечься от козней нежити - беречь родные "жемчуга" как зеницу ока. За века суеверный люд изобрел множество "стоматологических" амулетов и сочинил кучу предписаний - как обращаться с зубами.

Гори, гори ясно

Даже если зуб выпадет - все равно следует глядеть в оба, дабы сей драгоценный трофей не достался сатанинской братии. Это, кстати, один из древнейших обычаев: выпавшие или вырванные зубы берегли до [illegible] смерти, а [illegible] клали покойнику в гроб. Посему раньше сердобольные мамаши сохраняли

бросить в огонь со словами: "Огонь, гори, зуб сожги, мне другой подари, и не кривой, а прямой".

Гадание по зубам

Испокон веков по зубам определяли будущее человека. Допустим появился на белый свет новый гражданин. Глядь - а у него во рту уже красуется зуб. "Ужас!" - кричит безутешная мать, рыдает и рвет на себе с горя волосы. А не менее неутешный отец утирает украдкой навернувшуюся слезу.

Да и что, скажите, им остается, ежели все вокруг в один голос твердят: от ребенка, родившегося с одним или несколькими "готовыми" зубами, добра не жди. По одной версии - такой "уникум" вырастет убийцей или насильником. По другой - не видать ему в жизни счастья как собственных ушей.

Но это еще пустяки по сравнению с верованиями некоторых племен в Центр[illegible]. Там

дет всю жизнь как сыр в масле кататься. А чтоб не сглазить свалившееся на везунчика счастье, родители или близкие родственники пропускали сквозь его зубы монетку.

В северных районах Шотландии широкий зазор между зубами служил показателем беспечного характера и любвеобильности. А вот русские видели в том лишь верный признак пристрастия к алкоголю и склонность к обману. В общем, у кого что болит, тот о том и говорит...

Храни меня, мой талисман

Как видите, от зубов ждать чего-то хорошего - занятие бесполезное. Где бы ни показался первый зубок, куда бы ни закатился последний - все [illegible] (за редчайшим исключе-

В Англии на крещение малыша дарили специальный амулет - из кораллов с колокольчиками, который, согласно поверью, лучше любой брони защищает зубы от сглаза, порчи и посягательства нечистой силы. Не менее популярное подношение по такому же случаю - ожерельице из девяти полосок алого шелка, перевязанных узлами через равные интервалы. Его обычно надевали младенцу на шею сразу после омовения и оставляли до поры, пока все зубы не прорежутся.

Ну а в Прибалтике и нынче считают, что лучшее средство для отпугивания злых духов от еще без-

лье из клыков гиены, веря, что благодаря такому украшению корабль пустыни будет более выносливым и здоровым.

В окрестностях Оксфорда среди школьников бытует неписаное правило - ежели молочный зуб выпадает во время урока, его нужно сохранить до возвращения домой, а там отдать матери - чтобы она его посолила и сожгла, как того требует старинный обычай. Россия от Запада тоже не отстает: здесь и сегодня некоторые старые люди желают чихающей кошке доброго здравия - дабы не иметь проблем с зубами.

А уж про роль зубов в [illegible]

самой смерти, а после оной - клали покойнику в гроб. Посему раньше сердобольные мамаши сохраняли даже молочные зубы своих детей, а когда чада подрастали, передавали на хранение им самим.

Виной всему - старинное поверье, согласно которому на том свете человеку предстоит отчитываться за каждый зуб. И ежели кому не удастся представить всю "зубную коллекцию" в целости и сохранности, то в Судный день, как ни крути, ему придется-таки отыскивать недостающие зубы. Участь, разумеется, малоприятная. Поэтому в некоторых местах, дабы избежать ее, старались вовремя принять надлежащие меры, а именно: посыпать выпавший или вырванный зуб солью и

растет убийцей или насильником. По другой - не видать ему в жизни счастья как собственных ушей.

Но это еще пустяки по сравнению с верованиями некоторых племен в Центральной Азии. Там, если замечали, что верхние клычки у чада проклюнулись раньше нижних, отбросив в сторону всякие сантименты, бросали дитятю на съедение гиене. А мать, дабы она в полной мере прочувствовала свою вину за произведение на свет "неправильного" потомства, не долго думая объявляли нечистой. Вот такие, судари мои, нравы царили когда-то. Слава богу, что они уже канули в Лету.

"Расстановка" зубов также везде и всегда подвергалась самому тщательному анализу. Если замечали меж передними "жемчугами" большое расстояние, делали вывод: человеку крупно повезло, бу-

признак пристрастия к алкоголю и склонность к обману. В общем, у кого что болит, тот о том и говорит...

Храни меня, мой талисман

Как видите, от зубов ждать чего-то хорошего - занятие бесполезное. Где бы ни показался первый зубок, куда бы ни закатился последний - все одно плохо (за редчайшим исключением). Вот и пришлось людям голову поломать - как обезопасить себя от этих "стоматологических" страшилок. Думали-думали и, естественно, придумали.

Как показывался первый зуб, сразу брали свежее молоко и, отрешившись от всего преходящего, произносили что-нибудь вроде того: "Отговариваю от лихой беды, от напрасной смерти, от зуба верхнего раба Божьего (имя). Призываю в помощники Спасителя и Крестителя. Отведите рок от раба (имя). С этого часа и с этой минуты и по всему веку. Аминь!".

Если зуб выпадет - следует глядеть в оба, дабы сей драгоценный трофей не достался сатанинской братии.

пулярное подношение по такому же случаю - ожерельице из девяти полосок алого шелка, перевязанных узлами через равные интервалы. Его обычно надевали младенцу на шею сразу после омовения и оставляли до поры, пока все зубы не прорежутся.

Ну а в Прибалтике и нынче считают, что лучшее средство для отпугивания злых духов от еще беззубого младенца - янтарь.

Приметы наших дней

Множество суеверий, связанных с зубами, благополучно перекочевали в наши дни, даром что на дворе - XXI столетие. Вот лишь некоторые из них. Жители Индии и Пакистана по-прежнему придерживаются мнения, что нельзя приносить в дом чужие зубы - иначе горя не оберешься. Арабы же, наоборот, по сей день считают зубы хорошими амулетами. Поэтому на шею верблюду они частенько надевают ожере-

правило - ежели молочный зуб выпадает во время урока, его нужно сохранить до возвращения домой, а там отдать матери - чтобы она его посолила и сожгла, как того требует старинный обычай. Россия от Запада тоже не отстает: здесь и сегодня некоторые старые люди желают чихающей кошке доброго здравия - дабы не иметь проблем с зубами.

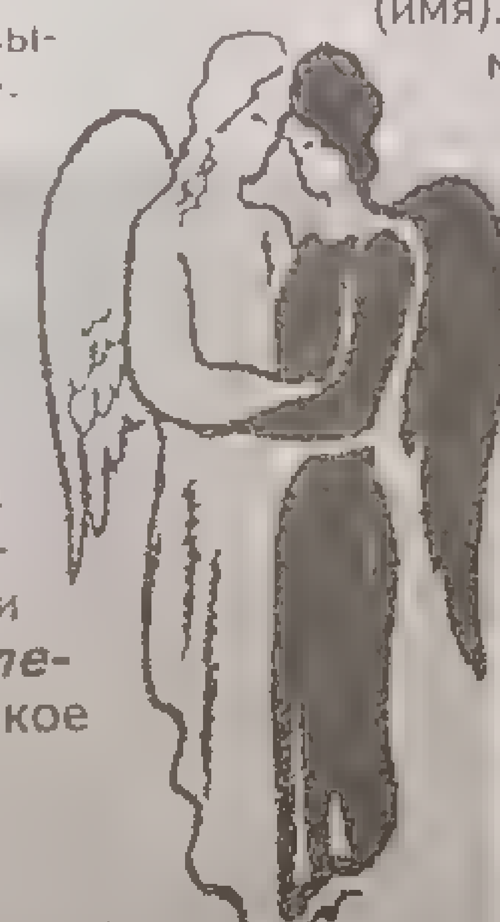
А уж про роль зубов в сновидениях не знает разве что младенец! Ни для кого не секрет, что гнилой или выпавший зуб снится к смерти кого-то из знакомых. Сон, в котором зуб вываливается с кровью, наяву грозит кончиной близкого человека. Видеть себя с кривыми или неровными зубами - к ссоре с родными, а беззубым - к потере всего честно нажитого имущества.

Правда, есть и хорошие "стоматологические" сновидения. Пример? Пожалуйста. Лицезреть себя во сне с зубами, как у Клавдии Шиффер или Сильвестра Сталлоне, - к радости и приятным известиям. Ну а когда привидится растущий новый зуб - готовьтесь к прибавлению в семействе.

Кира ЗОРИНА.

© "Ступени Оракула".

3 СОВЕТА МАГА



Чтобы ребенок рос послушным

◆ Необходимо, чтобы первые три дня растущей луны на восходе солнца он пил кислое молоко (простоквашу, кефир, ряженку), на которое предварительно сказать в его присутствии три раза: ***"Кисли, Кисли, непослушание раба (имя ребенка) перекисли - толк будет".*** Таким образом нужно поступать всякое новолуние 4-6 месяцев подряд.

Чтобы в семье было согласие

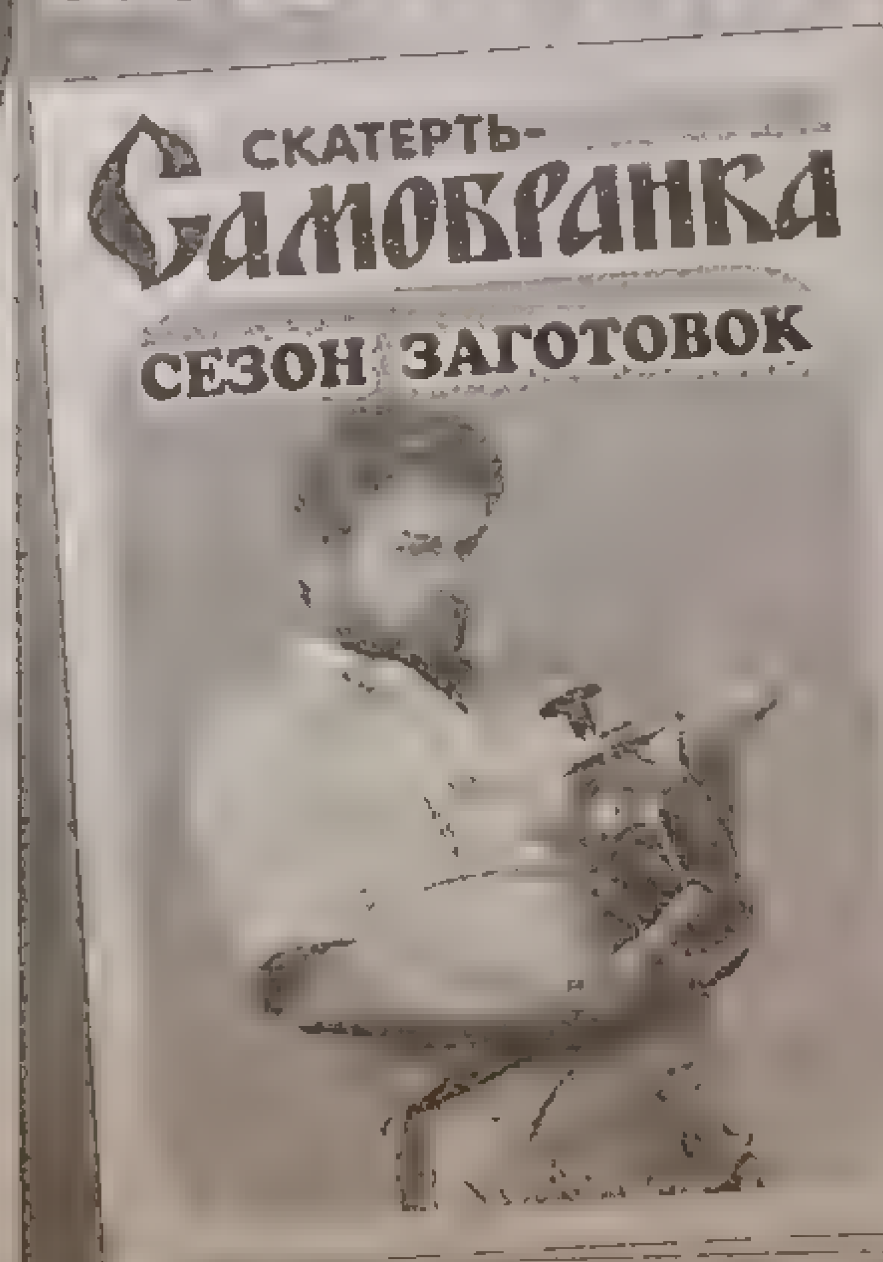
◆ Для этого нужно ужинать всегда вместе. Перед тем как ставить еду на стол, хозяйка (хозяин) мысленно произносит один раз: ***"На мир и благополучие"***, а вслух говорит: ***"Приятного аппетита!"***

Ужинать не начинают до тех пор, пока тот, кто подавал пищу, не начнет ее есть первым. Так поступали в старину и, как известно, семьи тогда были полными и благополучными.

Чтобы дети не забывали родителей

◆ Нужно посадить в любом месте любой саженец плодового дерева. При этом работы распределяются так: лунку выкапывает отец, саженец держит в ней ребенок, а мать засыпает корни землей. Потом поочередно - отец, ребенок и мать поливают деревцо и говорят: ***"Плодись, переплодись!"***

НУЖНЫ ПОНЯТНЫЕ РЕЦЕПТЫ?



ГАЗЕТА "Скатерть-самобранка"!

Лучше кулинарной книги -
Всем понятна и легка.
Заготавливать консервы
Подряжу я мужика.

ЗАРУБИ НА НОСУ

ЗА КАЛИТКУ - БАШМАЧОК...

С помощью обуви гадают, лечатся, ловят удачу. Каким образом?

По тому, как обувь изнашивается, судили о характере и вероятном будущем человека.

Есть такой стишок: "Скос на носке - будешь жить в тоске, скос на боку - быть тебе невестой в соку. Износишь под пальцем - растратишь богатство, пятку износишь - богатство накопишь".

Когда сапоги скрипят, это часто означает, что сапожнику еще не заплатили. Узелок на шнурке - хорошая примета, несмотря на все неудобства, причиняемые им в спешке. Когда кто-то запаздывает, можно заставить его поторопиться, сняв башмаки, поменяв их местами, поставив снова правильно, надев и накрепко зашнуровав.

Невротические боли и зуд в ноге можно излечить, если пальцем начертить на башмаке крест.

Плохо оставлять их на полу крест-накрест, но если поставить в виде буквы Т или положить вверх подошвами, то у тебя не будет судорог, ночных кошмаров и ревматизма. Также можно поставить их

Запах горящей обуви отгоняет бесов и змей, а во времена эпидемий чумы в XVI-XVII вв. он считался противоинфекционным средством. В Великобритании перед путешествием считалось хорошо сжечь старые сапоги на удачу. Говорят, что сборщики хмеля в прошлом веке регулярно проделывали это перед возвращением домой. Немецкие жокеи считают плохой приметой, если кто-нибудь случайно положит на пол их сапоги перед скачками. Они должны оставаться на полке, где обычно лежат до того самого момента, когда наездник начнет обуваться. Рыбацкие сапоги надо приносить только под мышкой; если кто-то забудет это правило и принесет их на плече, это очень плохая примета. Шахтеры считают зловещим предзнаменованием увидеть во сне порванную обувь - это сулит аварию в забое.

Существует рассказ о любопытном предупреждении, полученном женой шахтера. Будучи одна в доме, она услышала звук трижды бросаемых на пол мужниных кованых сапог на верхнем этаже. По-

нения при обвале угля в забое.

Если при первом выходе актера башмаки скрипят, его хорошо примет публика. Если в гримерной он сбросит их, и они упадут подошвами вниз, это счастливый знак, а если на бок, или если он сам или кто-то другой положит их на стул - будет неудача.

Поныне широко распространен обычай бросать на счастье старую обувь вслед отправляющимся в свадебное путешествие молодоженам или привязывать ее к бамперу их машины. Особенно счастливым знаком считается попасть башмаком в одного из них. Это объясняли по-разному - как пережиток древних обычаев похищения невесты и драки за нее с ее прислугой, или как знак передачи власти над невестой от отца к мужу. На англосаксонских свадьбах было принято, чтобы отец невесты давал жениху одну туфельку невесты, а тот слегка притрагивался ею к голове невесты или ее родственникам, иногда, наоборот, как их подарок жениху. У древних иудеев, если вдова отказывалась выйти замуж за брата умершего мужа, как того требовал обычай, она ослабляла сапог на его ноге.

Обычно обувь каким-то образом связывают с жизненной силой или душой владельца. Так, когда находили убитого, с него снимали обувь, чтобы он не мог ходить после смерти. В 1889 г., когда в одной шотландской деревушке убили человека, суду была представлена его одежда, но не обувь. Когда судья потребовал представить и ее, выяснилось, что обувь закопали

ляться на место убийства.

На слушании в шотландском суде по делу о колдовстве в 1644 году колдун Патрик Малькольм обвинялся среди прочего в том, что уговаривал некую женщину дать ему свою левую туфлю. Если бы ему это удалось, он обрел бы над нею власть и смог заставить ее следовать за собой.

До недавнего времени было принято бросать обувь вслед покидающему порт кораблю, а также и человеку, отправляющемуся в путешествие, или открывающему новое дело, либо выходящему на новую работу. Тем самым кораблю или человеку передавалась удача, поэтому, может быть, что бросающий

правильно, надев и накрепко зашнуровав,

крест-накрест, но если поставить в виде буквы Т или положить вверх подошвами, то у тебя не будет судорог, ночных кошмаров и ревматизма. Также можно поставить их в виде буквы Т, если хочешь увидеть во сне своего возлюбленного, но при этом надо произнести соответствующий стишок. Невротические боли и зуд в ноге можно излечить, если пальцем начертить на башмаке крест.

Шахтеры считают зловещим предзнаменованием увидеть во сне порванную обувь - это сулит аварию в забое.

Существует рассказ о любопытном предупреждении, полученном женой шахтера. Будучи одна в доме, она услышала звук трижды бросаемых на пол мужниных кованых сапог на верхнем этаже. Поскольку кроме нее в доме никого не было, она восприняла это как зловещий знак. Она умоляла мужа не ходить на следующий день на работу, но он пренебрег ее уговорами - и получил смертельные ра-

или привязывать ее к бамперу их машины. Особенно счастливым знаком считается попасть башмаком в одного из них. Это объясняли по-разному - как пережиток древних обычаев похищения невесты и драки за нее с ее прислугой, или как знак передачи власти над невестой от отца к мужу. На англосаксонских свадьбах было принято, чтобы отец невесты давал жениху одну туфельку невесты, а тот слегка притрагивался ею к ее голове. И в других странах обувь тоже играет весьма заметную роль на свадьбах, иногда как дар же-

обувал обычай, она ослабляла сапог на его ноге.

Обычно обувь каким-то образом связывают с жизненной силой или душой владельца. Так, когда находили убитого, с него снимали обувь, чтобы он не мог ходить после смерти. В 1889 г., когда в одной шотландской деревушке убили человека, суду была представлена его одежда, но не обувь. Когда судья потребовал представить и ее, выяснилось, что обувь закопали где-то на берегу между линиями прилива и отлива, чтобы покойный не мог в виде привидения яв-

уговаривал некую женщину дать ему свою левую туфлю. Если бы ему это удалось, он обрел бы над нею власть и смог заставить ее следовать за собой.

До недавнего времени было принято бросать обувь вслед покидающему порт кораблю, а также и человеку, отправляющемуся в путешествие, или открывающему новое дело, либо выходящему на новую работу. Тем самым кораблю или человеку передавалась удача, потому, может быть, что бросающий делился с ними своей собственной жизненной энергией и силой.

ПОПРОБУЙ САМ

ЗАВИСТЬ ЧЕРНАЯ - ПОРЧА ЗЛАЯ

Зависть - сродни болезни. Иногда завистник и сам не рад рождающимся в душе чувствам, но остановиться не может.

Не оттого ли мы не спешим порой рассказать о радостных событиях в своей жизни. Откуда предостерегающий голос внутри себя: "Осторожно! Лучше промолчать?" Конечно, от ангела-хранителя. Но в чем же кроется причина таких серьезных нарушений? Происходит это от того, что мысль человека материальна. Завистливая мысль словно паутина, грязной сетью своей берет в полон то, что называется тонкими телами. Энергетически человек, которому завидуют, похож на перевернутую вниз дном банку, облитую краской. Внутрь не попадает ничего, но сверху все покрыто грязью.

Вот из-за такой энергетической грязи и теряет ангел-хранитель человека из виду. Нет помощи, нарушен ток энергии, и человек заболевает.

Что же предпринять от такой напасти? Лучшим средством очищения является ежедневное чтение молитвы от зависти. Этот процесс имеет одну особенность. Молитва краткая, а читать ее надо на протяжении семи минут. То есть после окончания текста вы возвращаетесь к его началу вновь и вновь:

"Зависть, черная пелена,
раба Божьего (имя) укрывала,
от помощи Божьей скрывала,
дела разладила, тело спортила.
Помолюсь, вспомню слово заветное,
к Господу обращенное:
"Боже Святый, Боже Крепкий, Боже Бессмертный, помилуй меня. Аминь".

И еще один вариант молитвы от зависти. Чтение этого молитвенного заговора продолжается на протяжении 10 минут:

"Господи Иисусе Христе!
Изгони от меня, раба Божьего (имя), темную, нечистую, демоническую силу.
Со смиренной мольбой прошу:
- Очисть тело мое, Господи,
- Очисть душу мою, Господи,
Иисусе мое тело, Иисусе мою душу.
Освяти мое тело, освяти мою душу.
Защити, молю, меня, Господи, от воздействия темных, нечистых, демонических сил.
Аминь".

© "Тайная власть".

ЧАЙ ПРИМИРЕНИЯ

Помогает при любой ссоре, даже если она была наведена злым человеком. В любое воскресенье в полдень готовите чай из трав зверобоя, мяты перечной и ягод малины (можно заменить ежевичными). Травы берутся по 1 части, ягод примерно в три раза больше. 1 ст. ложку такой смеси залить кипятком и, эпизодически помешивая, говорить на чай: ***"Запах горечи обид - мята забирает; вкус горечи обид - ягоды забирают. Трава зверобоя, принеси рабу (имя того, кто будет пить этот чай) покоя. Да будет так".*** Произносить заговор нечетное число раз.

Аналогично поступают и с другими чашками (в стакане такая заварка не годится). При помешивании используется одна на всех чайная ложечка. Чай с сахаром или с медом садятся пить одновременно все заинтересованные лица. Никакой сдобы на столе не должно присутствовать.

Если чай будет выпит (его предварительно не процеживают, при желании можно без вреда съесть заваренные травы и ягоды), то ссора уходит практически сразу.

Уже в продаже газета
"Грибная кухня" -
спецвыпуск газеты "Соляночка"

- **лучшие рецепты зимних заготовок –** солим, сушим, маринуем
- **замечательные блюда из грибов –** супчики, закуски, соусы, пирожки...
- **начинающим грибникам –** цветные рисунки съедобных, условно съедобных и ядовитых грибов
- **звездные рецепты –** грибы по-корейски от Алисы Мон, фаршированные грибы от Роксаны Бабаян, тост "Клеопатра" от Элизабет Тейлор.

Просто объедение!

Невыдуманные истории

ПЕРЕПЛЁТ

«Я ВАМ ПИШУ...»

ОБЕД С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ

Здравствуйте, дорогая редакция. Несколько лет назад мы с братом пережили такое приключение, которое не скоро выветрится из нашей памяти.

Мы, как обычно, проводили лето на даче. За нашим домом на много километров простирается огромное пшеничное поле. Мы с братом часто наблюдали, как сурки собирают пшеничные зерна, запасаясь на зиму. Они деловито таскали зерна туда-сюда, и тут мы увидели нечто из ряда вон выходящее: сурка, несущего в передних лапках маленькую охапку хвороста.

Сначала мы не поверили своим глазам. Но нет: сурок целенаправленно шел вглубь поля, без малейших усилий передвигаясь на задних лапках, словно дрессированный. Мы подошли поближе, заинтересованные необычным зрелищем. Другие сурки тут же бросились врассыпную, но их несущий хворост собрат даже не глянул в нашу сторону. Он чем-то напоминал человека, выполняющего чрезвычайно важное поручение. Брат наклонился и заглянул в его мордочку. По его словам, глаза у сурка были совершенно стеклянные, как будто его загипнотизировали. Он по-прежнему не обращал на нас ни малейшего внимания, продолжая свой путь. Мы, заинтригованные, стали следовать за ним.

Сурок подошел к окончательно. Мы развернулись на сто восемьдесят градусов и отправились домой.

Возможно, мы бы и забыли эту историю со странным сурком, если бы через пару недель не увидели другого сурка, несущего в передних лапах хворост. Тут наше любопытство окончательно взяло верх над здравым смыслом, и мы с братом решили идти за сурком до конца.

Сурок снова привел нас к старому амбару. Мы робко заглянули внутрь и увидели сидящую в углу фигуру. Она была похожа на человеческую, но ее обладатель был огромен и невероятно тучен. Он даже не глянул в строну вошедшего сурка, а тот разложил хворост и начал сдирать с себя шкурку. Мы с братом онемели от ужаса и только наблюдали, как сурок сам себя свежует. Костер из хвороста внезапно вспыхнул, и сурок, словно подчиняясь чьей-то воле, сам шагнул в огонь...

Вот тут мы завизжали во все горло. Сидящее в углу существо вперевые шевельнулось: оно повернуло голову и глянуло на нас. Не помню его лица, но могу точно сказать одно: он улыбался.

ветки. Глаза у него были совершенно равнодушные и стеклянные - точь-в-точь, как у того сурка. Я отбросила хворост и начала бить брата по щекам. Он вскоре пришел в себя, и мы стремглав бросились прочь.

До сих пор не знаю, чего добивался от нас этот прожорливый тип. То ли хотел съесть нас, как и сурков, но у него это не вышло; то ли просто решил испугать. Но одной цели он достиг: мы больше никогда не подходили к тому амбару, а если в поле нам встречались загипнотизированные сурки с охапкой хвороста - мы делали вид, что их не видим.

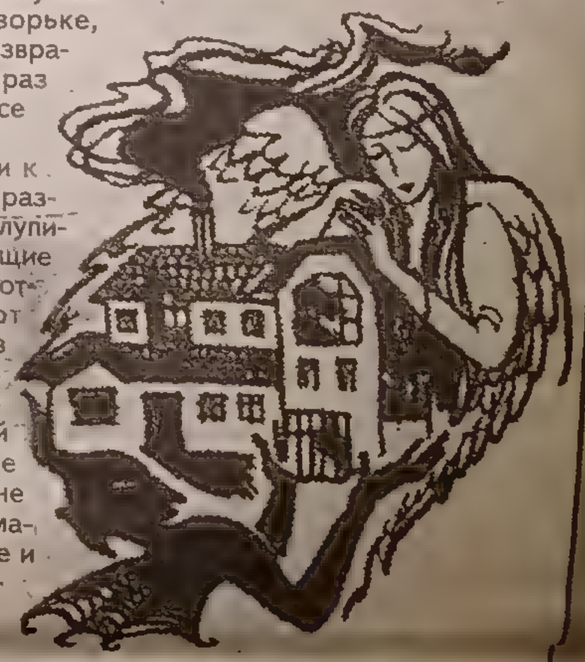
Елена ШАРОНОВА.

ИЗБУШКА ИЗ НИОТКУДА

Здравствуйте, уважаемые "Приключения. Тайны. Чудеса". Вот какая странная история произошла со мной и моими друзьями под Санкт-Петербургом летом 1993 года. Дело обстояло так: каждое лето я вместе с двумя приятелями детства отправляюсь на традиционную рыбалку. То лето не было исключением: в пятницу мы загрузились в "Жигули" и отправились в путь.

Рыбные места мы открыли для себя уже давно и схема поездок была отработана до деталей - вечерний выезд, ночевка у костра, лов на утренней зорьке, праздничный обед и возвращение домой. Но в этот раз по злой иронии судьбы все пошло наперекосяк.

Мы уже подъезжали к заветному месту, когда разразилась гроза. Молнии лупили в деревья, обступающие дорогу плотным строем, отражались в мокром от дождя асфальте. Одна из вспышек была столь близкой и сильной, что мой друг Макс, сидевший за рулем, на мгновение ослеп. Этот миг едва не стал роковым для нас: машина соскочила с шоссе и ударилась о толстую вековую сосну...



Потом, уже после всего произошедшего, Макс рассказывал, что съехал с дороги вовсе не из-за молнии, а потому что перед капотом машины возник силуэт какого-то монстра - мохнатого чудовища с горящими глазами. Но ни я, ни второй мой приятель никакого мон-

сказку - ну сущая Баба-Яга...

Ни о чем не спросив, ничего не сказав, она отступила, пропуская нас в дом - промокших и несчастных горе-рыбаков. В тот момент нам было все равно: откуда появился дом там, где мы его никогда не видели, хотя знаем те места "от и до"? Это сейчас, задним умом я понимаю, что все в этой истории - нагромождение нелепиц, но в тот момент мы были как заколдованные - ничему не удивлялись. Избушка на курьих ножках? Очень даже кстати! Свеча на столе в старинном подсвечнике? Так, может, от грозы электричество вырубилось! Странная хозяйка, не проронившая за всю встречу ни слова? А может, она немая!..

его мордочку. По его словам, глаза у сурка были совершенно стеклянные, как будто его загипнотизировали. Он по-прежнему не обращал на нас ни малейшего внимания, продолжая свой путь. Мы, окончательно заинтригованные, продолжали следовать за ним.

Наконец, сурок подошел к старому, покосившемуся амбару, стоящему посреди поля, и исчез внутри. Через несколько минут из амбара повалил дымок и послышался писк. Если у нас и было желание последовать за сурком, то теперь оно испарилось

внезапно вспыхнул, и сурок, словно подчиняясь чьей-то воле, сам шагнул в огонь...

Вот тут мы завизжали во все горло. Сидящее в углу существо впервые шевельнулось: оно повернуло голову и глянуло на нас. Не помню его лица, но могу точно сказать одно: он улыбался.

Дальше я не помню ничего. Я пришла в себя уже в лесочке, недалеко от поля. Я стояла и прижимала к груди охапку хвороста, а мой брат все еще собирал сухие

До сих пор не знаю, чего добивался от нас этот прожорливый тип. То ли хотел съесть нас, как и сурков, но у него это не вышло; то ли просто решил испугать. Но одной цели он достиг: мы больше никогда не подходили к тому амбару, а если в поле нам встречались загипнотизированные сурки с охапкой хвороста - мы делали вид, что их не видим.

Елена ШАРОНОВА.
Нижегородская область.

КОЛЬЦА ДЬЯВОЛА

Дорогая редакция, недавно я услышал историю, которой хотел бы поделиться с читателями. Произошла она далеко от крупного города, в небольшом фермерском хозяйстве. Его владелец, фермер Осипов, в тот злосчастный день вместе с братом выполнял свою обыденную работу. Брат зашел в сарай, где содержалась скотина, и через несколько мгновений оттуда стали раздаваться жуткие звуки: хрип, глухие удары в стены. Осипов бросился в сарай и застал там ужасную картину. Животные бились в конвульсиях, метались по загону. У многих из ноздрей и горла фонтаном била кровь. Схватив брата, лежавшего без сознания, Осипов вытащил его из сарая и пытался привести в чувство, но и сам потерял сознание.

Когда фермер пришел в себя, все уже было кончено. Бык, три коровы, двенадцать овец и десять свиней были мертвы. Но самое страшное, что и брат Осипова тоже не подавал никаких признаков жизни. Милиция, прибывшая на место происшествия, следов насилия не обнаружила, ничего не смогла объяснить и констатировала "смерть при невыясненных обстоятельствах". Но фермера, в одно мгновение потерявшего родного брата, такое объяснение, разумеется, не удовлетворило, и он решил провести собственное расследование.

На следующий же день он привез из города экстрасенса. Тот долго ходил по участку фермера, несколько раз заходил в злополучный сарай. Особенно его заинтересовал пол - экстрасенс то и дело падал на колени и трогал струганные доски. В итоге он не сказал Осипову ничего вразумительного, посоветовав лишь избавиться от сарая. В бессвязных речах экстрасенса то и дело мелькали слова "место нехорошее", "черное".

После того как экстрасенс уехал, на участке Осипова начали твориться и вовсе необъяснимые вещи. На небе ни облачка - а над его участком то и дело клубятся грозовые тучи, словно это место и впрямь "нехорошее". Терпение фермера лопнуло, когда в сарай начали бить молнии - их как будто что-то притягивало. Осипов разобрал сарай на дрова, как и советовал ему экстрасенс. Когда он заглянул под дощатый пол, то обомлел: по земле, под досками, змеями извивались концентрические каменные круги. Их не было, когда он строил этот сарай. Было такое ощущение, что камни сами приползли и выстроились в круги.

В тех краях такие каменные спирали называют "кольца дьявола". По местным поверьям, в местах, где появляются "кольца дьявола", не может существовать ничего живого. Эти кольца невозможно уничтожить: камни словно врастают в землю. Так что неудивительно, что фермер вскоре продал свой участок за мизерную цену и навсегда уехал из этих краев.

Олег КАРЕЛИН.
Самара.

шина соскочила с шоссе и ударилась о толстую вековую сосну...

Потом, уже после всего произошедшего, Макс рассказывал, что съехал с дороги вовсе не из-за молнии, а потому что перед капотом машины возник силуэт какого-то монстра - мохнатого чудовища с горящими глазами. Но ни я, ни второй мой приятель никакого монстра не видели. Конечно, монстр мог привидеться Максу, но в свете произошедших позднее событий мне хотелось бы сказать: все может быть.

Итак, произошла авария... Сидевшие на заднем сиденье отделались легким испугом, а вот сам Макс здорово приложился головой о руль. Он получил серьезную травму - осколки лобового стекла рассекли ему кожу на лбу и, судя по всему, он получил еще и сотрясение мозга. Понятно, всем нам стало мгновенно не до рыбалки. Машина разбита, Макс весь в крови, до ближайшей станции несколько десятков километров... Что делать - непонятно. И тут произошло чудо - я заметил неподалеку огонек. Это светилось окошко небольшого дома.

Оставив машину, мы подхватили Макса подмышки и повели к избушке, которая возвышалась на сваях над маленьким ручейком. "Избушка, избушка, встань ко мне передом, к лесу задом", - пошутил я, пытаясь поднять всем настроение, и вдруг понял, что домик и впрямь напоминает избушку на курьих ножках. На стук дверь нам открыла старая женщина. И вновь у меня возникло ощущение, что мы попали в

ча на столе в старинном подсвечнике? Так, может, от грозы электричество вырубилось! Странная хозяйка, не проронившая за всю встречу ни слова? А может, она немая!..

Старушка накормила нас горячим супом, промыла Максу рану каким-то травяным отваром, сделала на лоб компресс... Мы улеглись на постеленные на пол одеяла и крепко уснули. А утром проснулись уже под открытым небом!

Гостеприимный дом и его хозяйка исчезли. Вместо избушки стояли полуобвалившиеся стены, сложенные из гранитных валунов. Мы тщательно исследовали эти развалины с пустыми проемами вместо дверей и окон - никаких признаков жизни... Судя по всему, это была старая водяная мельница, оставшаяся в этих местах еще со времен финской войны. В тех местах немало таких развалин, и ничего удивительного в них нет. Но куда исчез дом, где мы ночевали? Не перенесли же нас, сонных, в новое место?

Позже мы проверяли - никакого жилья окрест никогда нет и не было. Да и откуда ему взяться? И еще одна странность - утром оказалось, что от раны на лбу Макса осталась только тонкая коричневая полоса, да и та вскоре побледнела и исчезла. Когда мы вернулись домой, то даже не знали, что и сказать женам. Не утверждать же, что ночевали в избушке на курьих ножках у Бабы-Яги! Честно говоря, мы бы и сами себе не поверили, если бы не стоящая в овраге разбитая машина.

И. Р.
Санкт-Петербург.

ЖИЗНЬ - БОРЬБА? НЕТ, ЖИЗНЬ - ИГРА!

БУДЬТЕ СЧАСТЛИВЫ

Говорят, что абсолютно счастливыми могут быть только идиоты. У нормального человека жизнь "полосатая".

Но почему один то и дело застревает на черной полосе, тогда как другой с легкостью ее преодолевает, воспринимая тоненькую черную линию как промежуток между большими белыми полосами? Ведь о счастье и благополучии мечтает каждый.

Вот несколько рекомендаций, которые встречаются в большинстве западных книг об успехе:

1. Мысли позитивно!

2. Полюби свою мечту.

3. Дают - бери.

4. За все надо платить.

5. Жизнь - игра, и за проигрышем всегда следует выигрыш.

6. Если твои усилия не приводят к желаемому результату, значит, нужно искать новый путь.

7. Если не знаешь, как улучшить ситуацию, подумай, как ее ухудшить, и не делай этого.

8. Достигнув успеха, сделай себе подарок!

9. Окружай себя удачливыми людьми.

10. Знай, что ты - любимчик судьбы.

Ну что? Пробовали? Не помогает? Но давайте будем честными: как часто вы следовали подобным рекомендациям? Каждый день, глядя в зеркало, называете ли вы себя счастливчиком? Много ли в вашем окружении удачливых людей? Как правило, перечисленные советы мы воспринимаем как штампы, поверхностно, или попросту игнорируем. В результате в голове - пустота, а душе - сплошные разочарования: ну нет рецепта счастья! Мы упускаем отличные возможности, а потом разводим руками: не везет!

Мозг - компьютер

Кстати, о загрузке. Психологи

ваши мысли. А вы им в ответ: "А что электровенику еще весь день делать?!" Смешно? В любой ситуации можно увидеть плюсы и минусы. Хотите выиграть у жизни приз? Перестаньте зацикливаться на минусах, учитесь находить во всем плюсы.

Для пущей "соногенности" окружайте себя удачливыми людьми. Ведь удача (как и неудача) - штука заразная! Даже пустая болтовня со счастливчиками поднимет настроение и сделает вас более успешными. А окружив себя неудачниками, вы рискуете стать одним из них: ведь все мы в той или иной степени внушаемы.

Как это сделать в общении?

Используйте вышеперечисленные приемы: *смену негативных установок на позитивные или рейфреминг. Приведем простой пример.* Озабоченная соседка жалуется вам, что в городе бушует эпидемия (неважно, какая) и что срочно надо принимать профилактические меры. Если вы примете ситуацию всерьез, близко к сердцу, то даже профилактика вам не поможет. Но наш мудрый народ давно придумал, что с этим делать. В э-

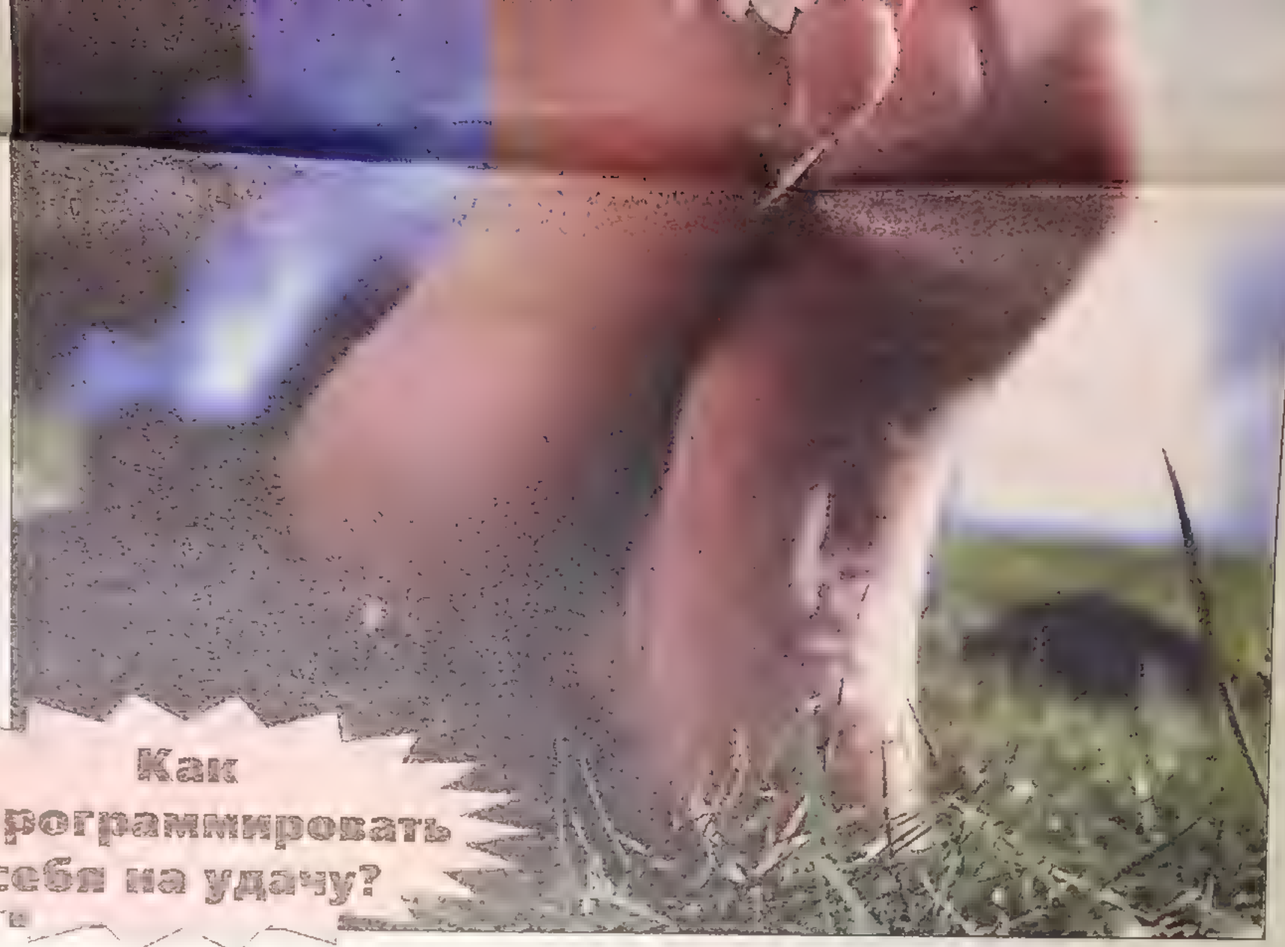
дей? Как правило, перечисленные советы мы воспринимаем как штампы, поверхностно, или попросту игнорируем. В результате в голо- разочарования: ну нет рецепта счастья! Мы упускаем отличные возможности, а потом разводим руками: не везет!

Мозг - компьютер

Кстати, о загрузке. Психологи доказали, что человеческий мозг напоминает компьютер, и вся наша жизнь зависит от "программ", которые "записаны" в голове. "Программное обеспечение" (то есть мышление) может быть соногенным (позитивным) и патогенным (негативным). С патогенным все понятно. Это как вирус в компьютере или вредная флора в организме. А на уровне мышления - это наши негативные установки: "жизнь -борьба", "хотелось как лучше, а получилось как всегда" и т.п. Знакомо? Мы, может, и забыли об этих "вирусах", а они продолжают работать в подсознании и отравлять жизнь. Но если компьютер, то есть мозг, перепрограммировать?

Этим вопросом занимается НЛП (нейролингвистическое программирование). Специалисты НЛП вычислили единый алгоритм действия "программ". Скажем, если вы считаете себя неудачником, в первую очередь это отражается на внешности: взгляд становится потухшим, плечи опускаются, и каждая клеточка кричит: "мне плохо!" Конечно, сразу же все начинает валиться из рук, неудачи следуют одна за другой, иными словами - срабатывает патогенная программа. Причем она, как вирус или патогенная флора, постепенно заражает весь организм и отражается на всех аспектах жизни.

Что делать? Как изменить судьбу? НЛП считает, что начинать надо с собственных мыслей: менять патогенное мышление на соногенное - позитивное, несущее удачу и здоровье. Думайте позитивно, верьте в себя и помните, что жизнь - большая игра.



Как запрограммировать себя на удачу?

Правило "джекпот", или "закон бутерброда"

Начнем с того, что жизнь игра, и относиться к ней нужно как к игре, то есть несерьезно. Когда ты по жизни игрок, неудачи уже не кажутся непреодолимыми преградами. Они воспринимаются как проигрыши, за которыми неминуемо последуют выигрыши. Главное - не отступать и заранее согласиться с любым результатом: в конце концов, и в рулетку мы часто проигрываем. А если выйти из игры раньше времени, можно остаться ни с чем, ваш выигрыш достанется другому.

Если вы когда-нибудь играли в "джекпот", то, конечно, заметили: если автомат долго "кормить", рано или поздно удача вам улыбнется. Но если отойти на минутку, тепленькое место займет кто-то другой, и ему, скорее всего, выпадут "три семерки". Обратите внимание: ваши "три семерки"!

Люблю, хочу и буду!

Имейте в виду: удача приходит только к тем, кто ее любит. Причем мало просто любить, любовь надо проявлять. Например, добившись успеха, сделайте себе подарок. Ведь вы это заслужили.

Еще важнее полюбить свое дело, цель или хотя бы проявить к нему уважение. Когда мы влюблены, все дается легко. К тому же любовь может вызвать ответное чувство. Хотите "вольво"? Влюбитесь в "вольво"! Хотите побывать в Америке? Полюбите эту страну! Хотите много денег? Полюбите их - и деньги полюбят вас!

Антивирус

Прежде чем приступать к "лечению", нужно найти причину "заболевания". Поэтому важно научиться отслеживать свои мысли. Как только обнаружите "вирус", срочно запускайте "антивирусную программу": "жизнь - это тяжелый крест..." Нет! "Жизнь - азартная игра!" "А, - машете вы рукой, - мне никогда не везет". И тут же накладываете новую установку: "Нет! Везет! Еще как везет! Я в рубашке родился!" А ваши мысли снова вам надоедают: "Что же теперь делать? К кому за помощью обратиться?" А вы им в ответ: "У меня все схвачено! У меня все схвачено!" и одновременно вспоминайте, где у вас и что может быть "схвачено", что помогло бы вам выпутаться из сложившейся ситуации. Повторяйте новые установки почаще, и вскоре вы обнаружите, что жизнь меняется к лучшему.

Имейте в виду: удача приходит только к тем, кто ее любит.

Есть в НЛП такой прием - "рейфреминг". Это переформирование отношения к чему-либо. Как это работает?

"Ну сколько можно?! Я как белка в колесе весь день кручусь!" - прокричали в надежде на помощь

...ми, вы рискуете стать одним из них: ведь все мы в той или иной степени внушаемы.

Как это сделать в общении?

Используйте вышеперечисленные приемы: смену негативных установок на позитивные или рейфреминг. Приведем простой пример. Озабоченная соседка жалуется вам, что в городе бушует эпидемия (неважно, какая) и что срочно надо принимать профилактические меры. Если вы примете ситуацию всерьез, близко к сердцу, то даже профилактика вам не поможет. Но наш мудрый народ давно придумал, что с этим делать. В ответ на факты роста эпидемии вы радостно восклицаете: "Зараза к заразе не пристает!" и игнорируете эпидемию как таковую. Успех обеспечен! Таким образом вы не впускаете негативную информацию в себя, ставите энергетическую защиту.

Другой пример. Подругу бросил муж, и она в очередной раз жалуется вам на него. Вы можете ей служить "носовым платком", утирая ее слезы, при этом чувствовать себя выжатой как лимон. А можете изменить в корне ее отношение к ситуации, вывернуть ситуацию наизнанку. "Не бросил он тебя, а освободился от дальнейших мук и страданий. Поступил, можно сказать, благородно! Пространство для другого освободил, для новой любви! Потом спасибо ему скажешь!"

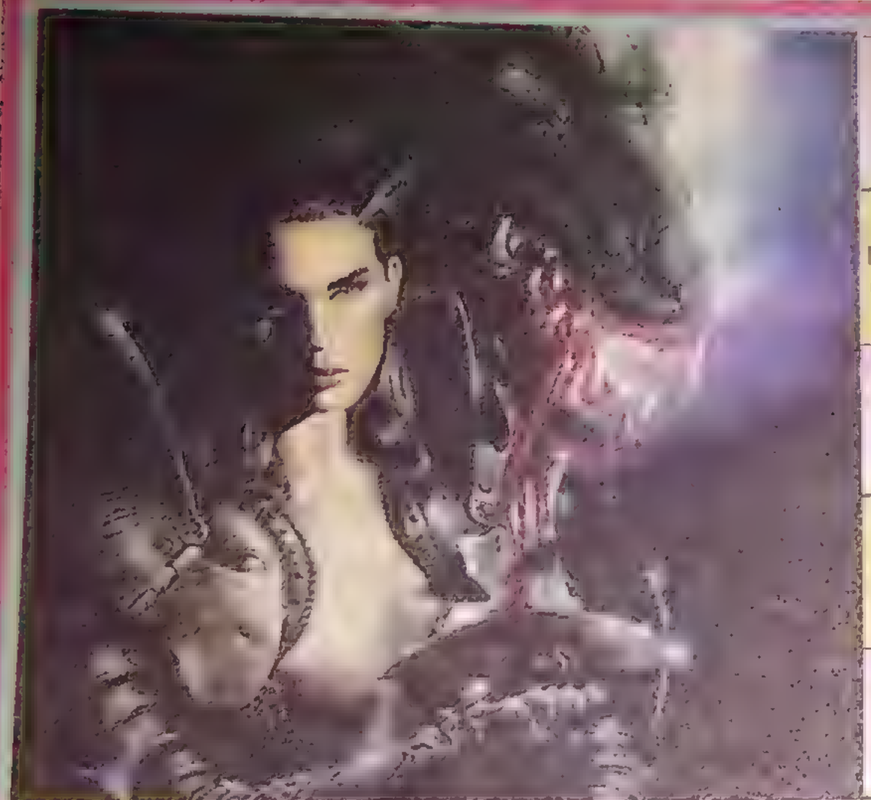
Или другая подруга жалуется, как сложно быть "разведенкой", как плохо одной. А вы ей: "Да отдохни ты чуть-чуть между браками". Уверена, ей и в голову не приходило, что ее нынешнее состояние можно назвать отдыхом между браками. А на отдыхе жаловаться и стонать, а тем более страдать как-то глупо.

Так, меняя отношение к неудачам в жизни, мы не только улучшаем свое состояние, но и приманиваем к себе удачу. Ибо удачу к себе можно притянуть только в приподнятом состоянии души.

Марина МОРОЗОВА, психолог.

© "Тайная власть".

Всякая всячинА



Транспортное средство
Терраса
Большой памятник
Свинина
Река в Китае
Носимый магазин
Приток Волги
Столица Эквадора
Тропический шторм
Сорт латуни
Фразеологизм
Разновидность мебели
Рос. "Оскар"
Напиток под градусом
Любовный поединок
Теннисная площадка
Чистый вес товара
Восток
Автор романа "Набоб"
Соединение азота
Высота человека
Дно (устар.)
Испарина
Стыд
Единичный вектор
Воронний крик

Составила О. ШИГАНОВА.

ВЫХОД В СВЕТ

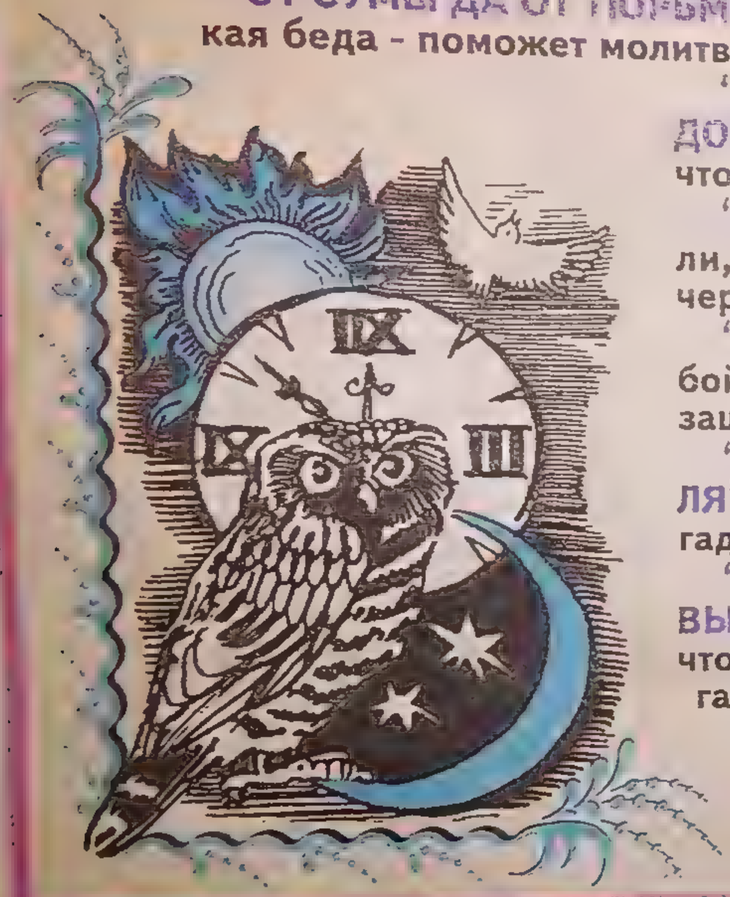
ШЁПОТОЧКИ

ВЫХОД В СВЕТ

«МОРФЕЙ» №8

12 июля выходит в свет очередной номер газеты "Морфей".

"ОТ СУМЫ ДА ОТ ТЮРЬМЫ..." - если случилась такая беда - поможет молитва. Какая?



"ЖЕНЩИНЫ ЖИВУТ ДОЛЬШЕ" - их секрет в том, что они умеют высыпаться.

"НЕ СВИСТИ!" - правда ли, что этим мы навлекаем чертей на свои головы?

"МАГИЯ ТРАВ" - зверобой подарит силу, а крапива защитит от злых духов.

"СВЕТ В КОНЦЕ ТОННЕЛЯ" - сновед "Морфея" разгадывает ваши сны.

"ПОДРУЖИСЬ С ДОМОВЫМ" - что нужно делать, чтобы он не вредил, а оберегал дом.

"ПРИМЕТЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ" - чихнешь перед обедом - жди хороших вестей.

ШЁПОТОЧКИ

КАК ВЕРНУТЬ УДАЧУ

- Возьмите по горсти овса, риса, гречихи, перловки и пшена. Вымойте их и сварите в полдень в дату своего дня рождения кашу на молоке. Ничего, кроме соли, добавлять в нее не следует.

Когда кашу начнете помешивать, то говорите: ***"На удачу без остачи!"*** Когда каша сварится (но не до полной готовности), нужно пойти в те места, где есть птицы, кормить их по следующей схеме: немного бросить рукой впереди себя и сказать: "Птицам счастья". Когда птицы начнут клевать, левой рукой немного взять каши и начать есть ее, приговаривая: ***"И я (свое имя), как птица".*** Потом две горсти птицам и одну себе, произнося то же заклинание. В заключение нужно так рассчитать, чтобы три горсти птицам, а самому съесть все то, что осталось. При этом нужно говорить те же фразы.

Ритуал проводится в период с восхода солнца до полудня, на растущей луне.

ХОЧЕШЬ СЭКОНОМИТЬ?

Мы знаем как!

Выпиши газету

ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТАЙНЫ ЧУДЕСА

на первое полугодие 2004 года по ценам июня

По каталогу "Почта России"
Центральный каталог и по местному каталогу в Нижегородской области - индекс 40853.
По каталогу "Почта России" - индекс 16548.

Предложение действительно только до 1 сентября

Главный редактор В.И. УРУСОВА
т. 32-78-13

Учредитель: ЗАО "Издательство "Газетный мир"
Генеральный директор А.А. ЗАБОТИН
т. 32-78-14

Адрес редакции и учредителя:
603126, Н.Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1

РЕКЛАМНОЕ АГЕНТСТВО
603126, Н.Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1
Директор, зам.директора: тел.34-88-20
Менеджеры, тел.: 32-78-16 (124), 34-91-15
Региональная группа, тел./факс 34-88-22
E-mail:reclama@gmi.ru
Материалы, помеченные знаком *, размещены на правах рекламы.

Служба распространения и доставки
тел.: 75-97-54, 75-98-68, 75-98-67, 75-97-53 E-mail: sales@gmi.ru
Подписной индекс 40853
Распространение в Республике Беларусь - ИООО "Арго-НН"
Адрес: 220050, г. Минск, ул. Володарского, 16, офис 408 Тел/факс 227 74 ...
E-mail:gmi@gmi.ru

Газета зарегистрирована Министерством РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Рег. свидетельство ПИ №77-14431 от 20.01.2003
Подписано к печати 4.07.2003 в 16 часов (по графику - в 16 ...
Типография ЗАО "ОГФ Н Н", 603600, Н.Новгород, ул. Ли...
Тираж 65 315 экз. Заказ № 2814. Цена в розницу до...

...распространяется в городах: Абакан, Архангельск, Балаково, Барнаул, Белгород, Братск, Брянск, Волгоград, Волгодонск, Вологда, Иваново, Ижевск, Йошкар-Ола, Калининград, Киров, Курган, Мурманск, ...
... Тагил, Оренбург, Орел, Петрозаводск, Пермь, Псков, Пятигорск, Ростов-на-Дону, Рязань, Саратов, Северодвинск, Ставрополь, Сургут, Тамбов, Чебоксары, Новочебоксарск, Владимир, Ухта, Чита, ...

ЧТО ПРОИСХОДИТ С НАШЕЙ ПОГОДОЙ?

МАРАФОН ИДЕЙ

Мы «зажаримся», утонем или замерзнем? Мы начинаем серию публикаций, ставящих под сомнение устойчивые научные мифы.

Сегодня мы попытаемся разобраться, что же происходит с климатом земли?

Миф 1. Сейчас жарко как никогда

Опровержением этого мифа можно считать и нынешнюю на редкость холодную весну. Даже на юге России сельхозработы задержались по сравнению с прошлым годом на целый месяц! Московский март был на полградуса холоднее обычного, в апреле в столице шел снег. А ведь начиная с 1996 года весна всегда была теплее климатической нормы!

Что же творится с климатом Земли? И по жаре, и по холоду мы приближаемся к экстремальным температурам. Декабрь 2002 года в [illegible] занял 7-е место за всю историю наблюдений за погодой с 1879 года. [illegible] был третьим по жаре! А [illegible] самым жарким за все

XVII - XIX вв. н. э. Снова холодно (пик малого ледникового периода). Русские летописи XVII века повествуют о суровых зимах, неурожаях. Во времена Петра I в Европе было холоднее, чем сейчас.

Конец XIX - XX в. Земля постепенно выходит из малого ледникового периода. Это совпало с бурным ростом промышленности, и люди связали потепление с выбросами из заводских труб. На самом деле все в природе идет своим чередом, после похолодания мы возвращаемся к нормальной температуре.

Кстати, недавно Эдвард ХАЙНА **из британского Института исследований моря (Плимут)** сделал сенсационное заявление: пока все трубят о глобальном потеплении, в Гренландии холодает! Метеонаблюдения, проводившиеся с 1958 по 2001 год, показали, что на полярном острове стало холоднее на 1,29 градуса.

Мы "зажаримся", утонем или замерзнем?

Миф 2. Всему виной человек

В 1960 - 70-х годах сложилось мнение, что в «разогреве» виноват человек.

В докладе «Гринписа» сказано, что глобальное потепление на 77% вызвано сжиганием топлива, а на 23% - вырубкой лесов. Получается, человек виноват на 100 процентов? Я бы не стал го-

На Земле одновременно происходят два процесса: температура растет, а углекислого газа в атмосфере становится больше. Вполне логично связать их между собой. Но эти процессы идут с небольшим сдвигом по времени: сначала повышается температура, а уж потом - содержание CO_2 в атмосфере! Значит, потепление не может быть вызвано выбросами углекислоты из труб заводов! Или другой пример: после распада СССР промышленность наша «загнулась», но количество CO_2 заметно не снизилось!

Вулканы, болота, лесные пожары выделяют в воздух гораздо больше парниковых газов, чем все наши фабрики, автомобили и нефтепроводы. **Немецкий профессор геологии Петер НОЙМАН-МАЛЬКАУ** утверждает: «Человек не ответственен за изменения климата. Сейчас доля CO_2 в земной атмосфере составляет 0,03%. Даже во время ледникового периода ***225 миллионов лет назад*** она была 1,5%, то есть превосходила нынешнюю в 50 раз!»

Миф 3. Нас ждет всемирный потоп

На глобальное потепление сей-

А какими грядущими ужасами пугают! Недавно экологи из «Гринписа» представили устрашающий прогноз: к 2080 году под водой окажутся Нью-Йорк, Шанхай, Бомбей, Европу затопит, а в Австралии и США наступит великая засуха. Очертания всех континентов изменятся - ледники тают, и на сушу наступает вода.

Так ли все страшно на самом деле? Академик Владимир Котляков убежден, что сочинением

стает снова - так было в течение миллионов лет.

Судьба Атлантиды ни России, ни Европе, ни Америке не грозит. **Автор нашумевшей книги «Эколог-скептик» датчанин Бьорн ЛОМБОРГ** уверен, что с [illegible] альным потопом человечество справится легко: «Уровень воды за столетие поднимется максимум на 45 см. Мы посчитали, что Соединенным Штатам потребуется 3 миллиарда долларов, чтобы защитить берега от затопления,

с 1996 года весна всегда была теплее климатической нормы!

Что же творится с климатом Земли? И по жаре, и по холоду мы приближаемся к экстремальным температурам. Декабрь 2002 года в «соревнованиях» по морозу занял почетное 7-е место за всю историю наблюдений за погодой с 1879 года. Июль же стал третьим по жаре! А 1998 год стал самым жарким за все 123 года метеонаблюдений. В среднем на Земле за последние 100 лет потеплело на 0,6 градуса. Но ведь все эти цифры и рекорды фиксируются лишь с конца XIX века!

Академик Владимир КОТЛЯКОВ, директор Института географии РАН, изучил климат Земли за последние 420 тысяч лет. Оказалось, что колебания в 12 градусов - обычное дело для нашей планеты. Сейчас на 1,5 градуса холоднее, чем в предыдущий период межледниковья (100 тысяч лет назад). Около 35 миллионов лет назад на Шпицбергене росли пальмы и дубы, водились змеи и аллигаторы, температура была на 5-6 градусов выше нынешней.

А вот примеры из более близкого времени.

I век до н. э. - II век н. э. Холодный период. Римский писатель Овидий, сосланный на окраину империи, в нынешнюю Румынию, оставил записи о том, какой там жуткий холод. Засыпаны снегом перевалы на Кавказе.

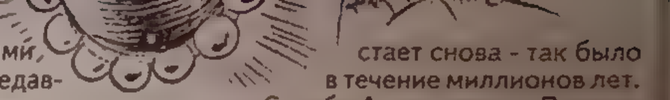
Миф 2. Всему виной человек

В 1960 - 70-х годах сложилось мнение, что в «разогреве» виноват человек.

- В докладе «Гринписа» сказано, что глобальное потепление на 77% вызвано сжиганием топлива, а на 23% - вырубкой лесов. Получается, человек виноват на 100 процентов? Я бы не стал говорить столь категорично, - считает **Николай ЯСАМАНОВ, главный научный сотрудник Музея землеведения МГУ, доктор геолого-минералогических наук.** - Наши фабрики, автомобили и нефтепроводы. **Немецкий профессор геологии Петер НОЙМАНМАЛЬКАУ** утверждает: «Человек не ответственен за изменения климата. Сейчас доля CO_2 в земной атмосфере составляет 0,03%. Даже во время ледникового периода 225 миллионов лет назад она была 1,5%, то есть превосходила нынешнюю в 50 раз!»

Миф 3. Нас ждет всемирный потоп

На глобальное потепление сейчас сваливают все что угодно: и прошлогоднее наводнение в Ленске, и жару в Москве, и даже катастрофу в Кармадонском ущелье.



А какими грядущими ужасами пугают! Недавно экологи из «Гринписа» представили устрашающий прогноз: к 2080 году под водой окажутся Нью-Йорк, Шанхай, Бомбей, Европу затопит, а в Австралии и США наступит великая засуха. Очертания всех континентов изменятся - ледники тают, и на сушу наступает вода.

Так ли все страшно на самом деле? Академик Владимир Котляков убежден, что сочинением «страшилок» занимаются дилетанты. Лед на Земле не исчезнет. Да, айсберги от шельфового ледника откалываются, но лед нарастает снова - так было в течение миллионов лет.

Судьба Атлантиды ни России, ни Европе, ни Америке не грозит. **Автор нашумевшей книги «Эколог-скептик» датчанин Бьорн ЛОМБОРГ** уверен, что с потенциальным потопом человечество справится легко: *«Уровень воды за столетие поднимется максимум на 45 см. Мы посчитали, что Соединенным Штатам потребуется 3 миллиарда долларов, чтобы защитить берега от затопления. Это за сто лет. А один туристический бизнес Флориды приносит 11 миллиардов в год!»*

КОМУ ВЫГОДНО РАЗДУВАТЬ КЛИМАТИЧЕСКИЕ СТРАСТИ?

Экологам. Создаются большие научные коллективы, финансируются исследования надуманных тем.

Политикам. «Кто главный «загрязнитель» планеты углекислотой? Нефтяники и газовики, - объясняет Николай Ясаманов. - Почему бы не взять с них дополнительные «экологические» налоги? В Швеции собирались ввести налог на... коров как источник загрязнения атмосферы метаном - около 80 долларов в год за каждую буренку».

Пока ученые спорят, политики приняли Киотский протокол. Страны-участники должны сократить «выхлопы» вредных газов. У каждой страны - своя квота на выброс парниковых газов. «Излишки» можно продавать. Пока протокол не вступил в силу в том числе и потому, что не ратифицирован Россией. Многие эксперты считают, что мы упускаем огромную выгоду.

Вот данные аналитиков международной организации Environmental Defense. Российские дипломаты на международных переговорах добились, чтобы России была выделена большая норма «выхлопа». Мы столько не надымим. Как минимум 15% квоты можно будет «загнать» Японии, странам ЕС, Канаде. Развитым странам выгоднее купить квоту у России, чем снижать выбросы у себя за счет дорогих проектов.

Производителям нового оборудования для «чистого» производства. Чтобы сократить выбросы, развитым странам придется модернизировать энергетику и промышленность. Да и заводы должны тратиться на новые технологии, чтобы избежать штрафов за вред окружающей среде. British Petroleum и Shell уже создали подразделения, которые занимаются проектами сокращения выбросов парниковых газов.

Газовым и нефтяным компаниям. Если Киотский протокол вступит в силу, странам ЕС придется перейти с угля на газовое топливо: выбросы парниковых газов при сжигании угля на 40% выше. Вот тут мы свой газ им и продадим! Цены на него взлетят, как и на металл с электроэнергией. Для наших экспортеров это очень выгодно. Осенью 2002 года нефтяники и газовики собирались на «круглый стол» в «Президент-отеле» и подтвердили, что Киотский протокол сулит новые возможности для бизнеса.

По материалам Интернета.

В РОССИИ БУДУТ ТРОПИКИ

Конец света, если он будет, произойдет оттого, что Северный полюс сместится в район Соединенных Штатов Америки. Россия будет тропической страной. «Новый экватор» будет проходить примерно в районе Тюмени. Дальше - через Уфу, Саратов, Донецк, Афины и пересечет Сахару в районе нагорья Ахаггар. По диагонали он пересечет Атлантический океан и точно через мыс Горн уйдет в безбрежные просторы Тихого океана, проходя через бесчисленные острова Микронезии в сторону Японии...

Лучшими местами для жизни на Земле при «новом экваторе» будут побережье теплого Северного Ледовитого океана - полуостров Таймыр, Якутия, Колыма, Чукотка, Камчатка. Бассейны рек Оби, Енисея и Лены порастут обильной тропической растительностью, там будет, так сказать, «новая Амазонка». Хорошо будет жить в Москве, Перми, Мурманске, Швеции, Финляндии, Норвегии, зимы там не будет, природа напомнит Канарские острова. К сожалению, вся территория США и почти вся территория Мексики будут покрыты толстым слоем льда по типу того, какой сейчас в Антарктиде.

Поднимается уровень океанов. Поэтому низко расположенные земли затопятся. Утонут Великобритания, Голландия, Бельгия, северная часть Германии, Польша, Венгрия, часть Италии, часть Украины, часть Франции.

Э.МУЛДАШЕВ.

© «На грани невозможного».

ЭЛЕКТРИЧЕСТВО ИЗ КРОВИ ЧЕЛОВЕКА

Учёные из исследовательской лаборатории компании Matsushita Electric разработали устройство, которое производит электроэнергию из глюкозы, содержащейся в крови человека. Процесс выработки энергии в чём-то подобен метаболизму: электроны выделяются в результате окисления глюкозы при помощи ферментов.

Теоретически из крови можно было бы выработать и 100 Ватт, что достаточно для лампочки, но для этого пришлось бы переработать в электричество всё, что человек съедает.

Пока японцы сумели получить из крови весьма скромное количество электричества, но для менее энергоёмких, чем лампочка, устройств, к примеру, маленьких роботов, биологический наногенератор вполне сгодится. В конечном счёте, в лаборатории Matsushita, используя энергию крови, надеются создать более-менее эффективные «человеческие батарейки».

anomalia.narod.ru.

СОБАЧЬЕ СЕРДЦЕ

ДРУГ мой, враг ТВОЙ

Во дворе старого замка в окрестностях города Фонтенбло, расположенного к югу от французской столицы, есть каменная плита, на которой изображена сцена схватки борзой собаки с человеком.

Это – надгробный памятник псу по кличке Геркулес, чью необычную историю донесли до нас старинные хроники. В XIV веке при дворе короля Карла V Валуа были два молодых рыцаря: мессир Обри де Мондидье и мессир Андрэ Машер. Обри отличался храбростью, веселым нравом и честностью. За что и стал любимцем монарха, вызвав лютую ненависть Андрэ Машера, которую тот тщательно скрывал. В конце концов это чувство настолько овладело им, что он решил убить ненавистного друга.

Удобный случай для этого представился, когда однажды по предложению Андрэ они вдвоем отправились на охоту в густой лес неподалеку от Парижа. В какой-то момент, когда Обри спешился, чтобы получше рассмотреть оленьи следы, Машер выхватил меч и вонзил его в спину друга, не ожидавшего такого предательского нападения. У мессира Мондидье был очень умный пес, борзая по кличке Геркулес. В тот роковой для него день Обри собирался поехать к своей невесте, жившей в Фонтенбло, и рано утром послал к ней Геркулеса с запиской, чтобы предупредить ее. Умный пес хорошо знал дорогу из Парижа к дому девушки и, выполнив поручение хозина, как обычно остался ждать его приезда.

Однако время шло, а того все не было. Истосковавшийся Геркулес в конце концов сбежал из дома невесты и отправился обратно в Париж. Никто не знает, каким образом, не обнаружив дома хозяина, пес сумел разыскать его тело. Собака три дня просидела возле мертвого рыцаря, а потом побежала к его другу де Нарсаку.

Поскольку пес был очень исхудавший, этот господин хотел накормить его. Но тот отказался от еды и, схватив зубами за камзол, тянул за собой. Зная смышленность Геркулеса, де Нарсак взял двух вооруженных слуг и последовал за псом через весь Париж в лес возле Бонди, где они и нашли тело Обри де Мондидье. После его похорон Геркулес выбрал де Нарсака своим хозяином и ни на шаг не отходил от него.

Однажды, когда де Нарсак в сопровождении Геркулеса гулял по Парижу, им встретился Андрэ Машер. И вдруг ни с того, ни с сего Геркулес бросился на этого человека, стараясь вцепиться ему в горло. Де Нарсак с трудом оттащил разъяренного пса, а позднее рассказал об этом случае друзьям. У них возникло подозрение, что именно Машер является убийцей мессира де Мондидье, поскольку раньше собака вела себя очень дружелюбно со всеми военными, в том числе и с Андрэ.

Этой собаке 6 веков назад поставили памятник. Почему?

Король Карл тоже узнал об этом происшестввии. Он приказал выстроиться перед дворцом всем рыцарям из своей личной гвардии в количестве двухсот человек. Затем во двор ввели собаку убитого мессира Обри. И Геркулес сразу же опять набросился на рыцаря Машера.

После этого Карл V собрал королевский совет, перед которым предстал подозреваемый в убийстве Андрэ Машер. Его оправдания не удовлетворили судей. Они решили, что он должен пройти через «Божий суд» в поединке с борзой, чтобы очиститься от подозрений в убийстве мессира Обри.

В назначенный день стражники огородили площадку, где Машеру предстояло сразиться с Геркулесом. Причем рыцарю разрешалось только закрываться щитом и обороняться палкой. Король дал знак де Нарсаку, с трудом удерживавшему рвавшегося с поводка Геркулеса. Тот отпустил пса, который стрелой помчался к Машеру. И прежде чем он успел поднять щит, Геркулес прыгнул на него, целясь в горло, и опрокинул на землю. Как ни старался поверженный рыцарь сбросить с себя собаку, у него ничего не получалось: она все ближе подбиралась к его горлу. Наконец, отчаявшись, Машер прохрипел: «Да, это я убил Обри. Заберите пса, и я все расскажу».

«Да, это я убил Обри. Заберите пса, и я все расскажу».

Он признался, что совершил преступление из зависти к тому, что король благоволил к де Мондидье. По приказу Карла V Андрэ Машер был казнен, а верному Геркулесу после его кончины был поставлен памятник во дворе замка в окрестностях Фонтенбло.

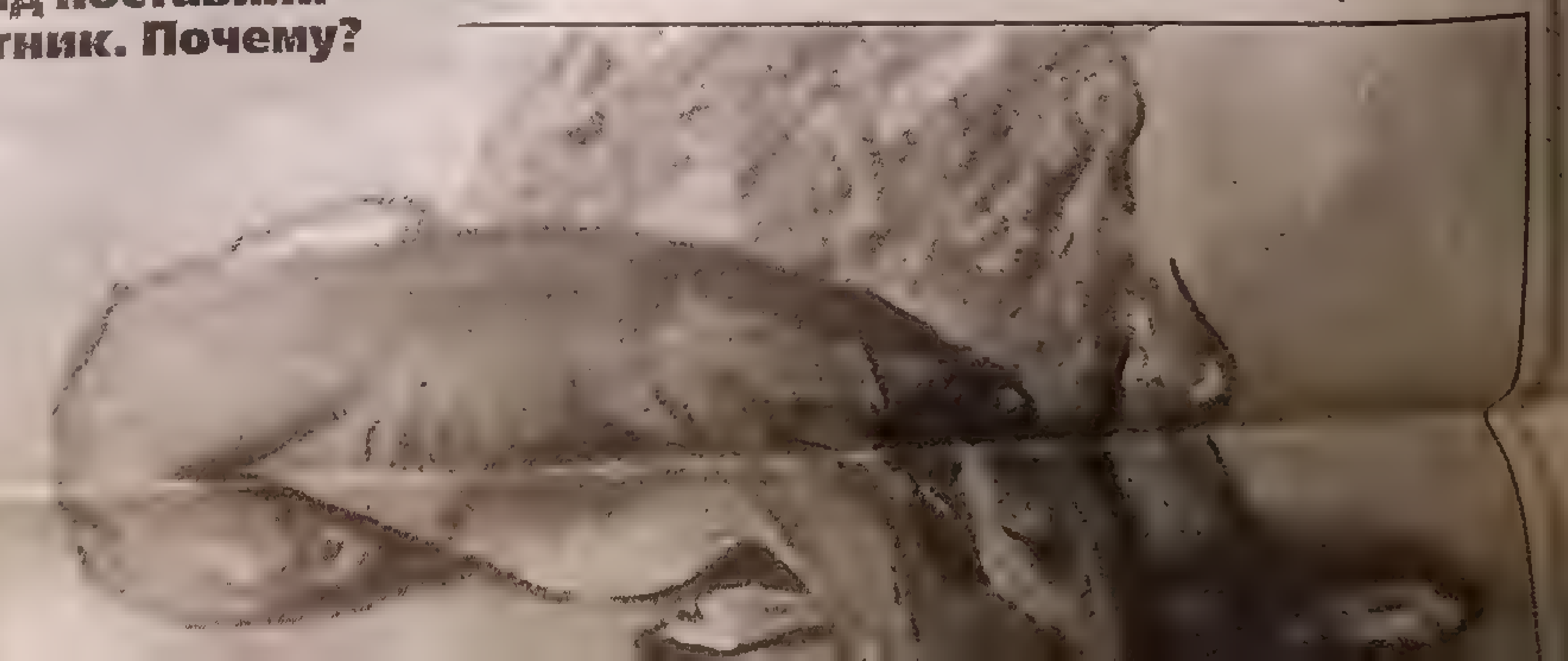
© «Незримая сила».

ПОЛИЦЕЙСКИЕ С ХОБОТОМ

[illegible] времени из всех наших меньших братьев в полиции брали на [illegible] собак. Теперь к ним присоединились и другие представители [illegible] но на сей раз наши братья большие – слоны.

[illegible] с космической скоростью исчезают в Индонезии прямо-таки [illegible] леса, которые сводят нелегальные порубщики. Справиться с [illegible] уже не в силах, поскольку пешие стражи закона передвигаются в [illegible] тропических зарослях не быстрее черепахи. Пока они [illegible], где орудуют преступники, иногда может пройти не один [illegible] невосполнимый урон.

[illegible] к охране лесов.



ПОЛИЦЕЙСКИЕ С ХОБОТОМ

До недавнего времени из всех наших меньших братьев в полиции брали на службу только собак. Теперь к ним присоединились и другие представители животного мира, но на сей раз наши братья большие - слоны.

В последние годы в Индонезии прямо-таки с космической скоростью исчезают тропические леса, которые сводят нелегальные порубщики. Справиться с ними лесная охрана уже не в силах, поскольку пешие стражи закона передвигаются в непроходимых тропических зарослях не быстрее черепахи. Пока они доберутся до делянки, где орудуют преступники, иногда может пройти не один день, и за это время лесу наносится невосполнимый урон.

Выход подсказали зоологи, предложившие привлечь слонов к охране лесов. Из Таиланда были приглашены опытные махауты-погонщики слонов, которые обучили 30 гигантов распознавать звуки мотопил, удары топоров, треск падающих деревьев и немедленно отправляться на место преступления, чтобы пресечь его.

Первые же месяцы службы «лесных полицейских» показали, что они прекрасно справляются со своими обязанностями. Благодаря отличному слуху слоны на большом расстоянии засекают место, где идёт валка леса, легко преодолевают любую чащу, а выйдя к делянке, прогоняют незаконных рубщиков.

© «Незримая сила».

Рис. В. СЕРОВА.

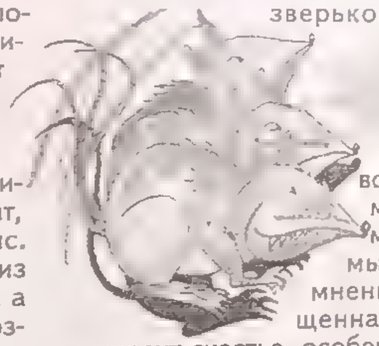
КРЫСЫ - БОГИ

НЕ МОЖЕТ БЫТЬ

Тут редко бывают иностранцы, зато поток индийских путешественников течет круглый год. Осенью, во время дурги-пуджи - празднества, проводимого в честь богини Дурги, селение посещают десятки тысяч паломников. А еще это место населяют существа, способные по своему благорасположению выполнять просьбы людей.

По кафельным плитам, выстилающим двор, шмыгают, семенят, перекатываются полчища крыс. Они ничего не боятся. Бегают из угла в угол, скачут как козлята, а потом словно растворяются в воздухе, исчезая в одной из нор, вырытых для них людьми. Храм селения Дешнок - единственное место на Земле, где люди поклоняются крысам. Здесь их более двадцати тысяч. Они греются на солнышке. Доверчиво берут еду из рук людей. Вскакивают вам на колени, стоит только присесть. Как во всех индийских храмах, священные покои здесь обходят босиком. Сделать это нелегко: стоит замешкаться, как по ногам начинают карабкаться любопытные крысы. Некоторые даже забираются под одежду. Если не прогонять зверьков, вскоре они в прямом смысле слова усядутся вам на голову.

Подобная бесцеремонность крыс ничуть не беспокоит индийских паломников. Они смотрят на зверьков со-



всем иными глазами, чем мы. По их мнению, священная крыса приносит счастье, особенно если она - альбинос. Паломники несут крысам дары - сладости, фрукты, молоко. Порой целые семьи склоняются с угощением перед норкой, где живет крыса-альбинос. Если та и впрямь покажется из укрытия, все ее гости - люди - так и светятся радостью: этот день уж точно будет удачным.

Внешний храмовый двор доступен для каждого, а внутренний - для представителей высших каст, к каковым почему-то относят и иностранцев. Однако проникнуть к самой святыне - алтарной комнате - позволено лишь индийцам; увидеть же ее и вовсе может только охраняющий комнату священник.

Остановившись на пороге алтарной комнаты, верующие позванивают в ко-

Неужели этим созданиям можно поклоняться?

локольчики, повешенные к потолку, бросают сладости в миски, возле которых горстками вьются крысы и, наконец, кланяются образу богини Карни Мата, почти касаясь лбом пола и скрывая лицо среди пушистых спинок животных. К слову, случайно задавив крысу, виновник должен платить штраф золотом - на вес зверька.

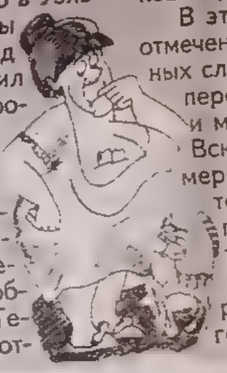
Индийцам ведомо, что после смерти, они сами могут стать крысами, так что местные крестьяне даже диких крыс не обижают - поймав в доме или во дворе, относят подальше в поле. А уж храмовые крысы - живая святыня.

Александр ВОЛКОВ.

© «Алфавит».

КОШКИ-МУТАНТЫ АТАКУЮТ ЖИВОТНЫХ

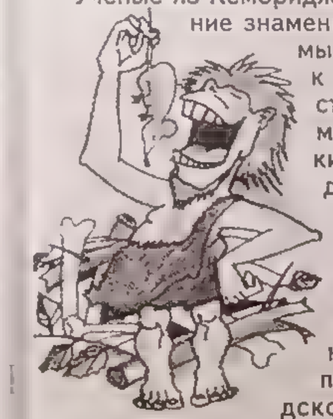
Эта история произошла в городе Дюфер-Повюс, что в Уэльсе. В самом начале зимы фермер Майк Шеппард неожиданно обнаружил свою собаку борзой породы с разорванным горлом. Он обратил внимание на то, что в этот момент в стороне держались две кошки необычайно больших размеров. Фермер сразу же обратился в полицию. Теперь полицейские надеются подстрелить мерзких тварей, но кошки держатся осторожно.



В это время в районе было отмечено сразу несколько подобных случаев. Загадочные кошки перегрызают глотку собакам и моментально ретируются. Вскоре, уже у 90-летней фермерши Джоан Рейнольдс, которая живет обособленно в глухом местечке, была убита собака. Как и в узльской истории, собаке кошки перегрызли горло и исчезли в горах.

«СВИНСКАЯ» ГИПОТЕЗА

Ученые из Кембриджского университета поставили под сомнение знаменитую теорию Дарвина. Сравнив хромосомы человека, муравьеда и слона, они пришли к неожиданному выводу: «Среди всех известных ныне плацентарных млекопитающих меньше всего от нас отличается африканский муравьед», - официально заявили исследователи.

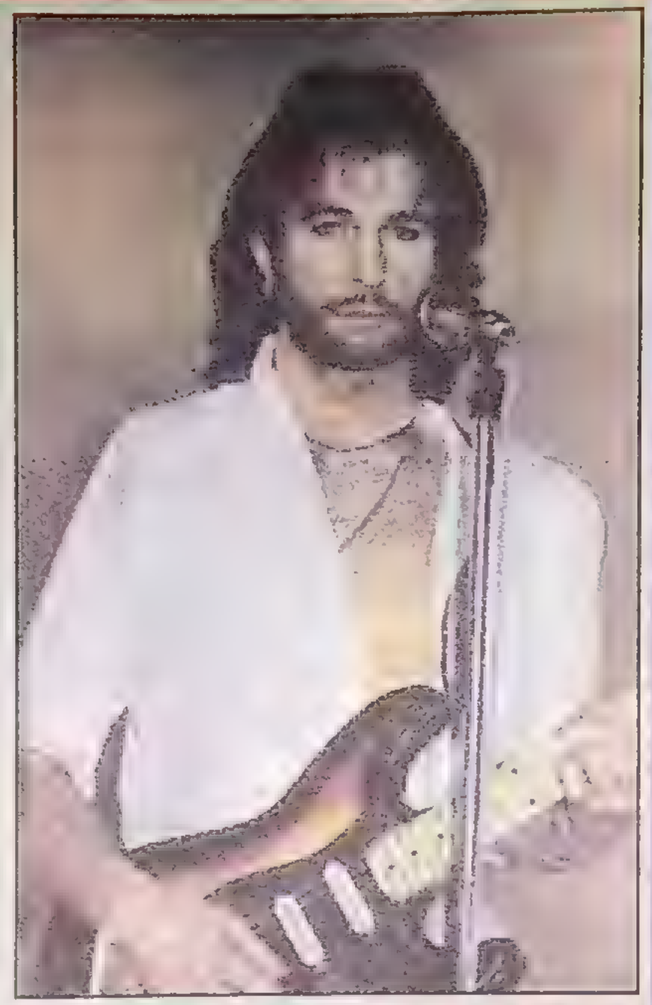


Сенсационное сообщение англичан, возможно, заставит пересмотреть каноны современной биологии. Да уж, обезьяны были лучше, по крайней мере, симпатичнее и умнее. Теперь нам в прародители набивается «земляная свинья» - именно так переводится название животного с голландского.

ПОСЛЕДНЯЯ ПЕСНЯ

А может быть, сегодня или завтра
Уйду и я таинственным гонцом
Туда, куда ушел от нас внезапно
Поэт и композитор Виктор Цой.

Это строчки из стихотворения Игоря Талькова «Памяти Виктора Цоя». Судьбы этих людей невероятно похожи. Смерть Виктора стала для Талькова настоящей трагедией, хотя в жизни им не довелось стать друзьями. Объединяло одно - неистовая любовь к музыке. Здесь они по праву занимали вершину Олимпа: их песни заставляли думать, переворачивали душу, исцеляли и направляли. Жизнь у обоих поэтов была удивительно яркой, но короткой, а смерть так и осталась неразгаданной. И что примечательно, сразу после гибели и одного, и другого стали называть пророками, людьми из другого мира. Так ли это? Кто знает. Но, изучая биографию Игоря Талькова, невольно приходишь к этой мысли...



ИГОРЬ ТАЛЬКОВ: «Я ВОСКРЕСНУ И СПОЮ»

Как он смог предельно точно описать свою смерть?

Дважды воскресший

Жизнь Талькова полна мистических событий. Начнем с того, что он дважды пережил клиническую смерть. В первый раз по глупости: играл в детстве с мальчишками в одну «страшилку». Правила были поистине чудовищными: пацаны изо [illegible] проверяя товарища [illegible] - до момента [illegible] сознания. Затем летом: незадолго до этого случилась авиакатастрофа и люди попросту боялись. «Не бойтесь со мной летать, - сказал им тогда Игорь. - Мне не суждено погибнуть в воздухе, меня убьют чуть позже, при большом стечении народа, а убийцу так и не найдут». Кстати, вскоре после этого он написал свое знаменитое «Я вернусь».

Но поистине роковой стала для Игоря «Россия». Брат Влад[illegible] это был выстрел в упор.

Родные тоже чувствовали, что должно произойти что-то

ЧЕРНАЯ МЕССА

Короли и генсеки обращались к сатане за помощью...

В мире постоянно идут процессы борьбы за власть. И оккультные науки играют в ней не последнюю роль.

Правители нередко прибегают к услугам магов, а маги пытаются повлиять на ход истории. Так повелось испокон веков... Французская королева Екатерина Медичи, стремясь уничтожить неугодных, прибегала к средству, считавшемуся в те годы одним из наиболее действенных, - колдовству. Она держала при себе бывшего священника, лишенного сана за занятия черной магией. Вместе с ним Екатерина принимала участие в сатанинских мессах: она надеялась, что сатана поможет осуществить все ее заветные желания...

Но судьба наказала злодейку за ее деяния: неизлечимо заболел ее сын, король Карл IX. Екатерина, желая спасти его жизнь, прибегла к помощи некромантии... Когда это не подействовало, монах-сатанист посоветовал ей обратиться к оракулу «кровоточащей головы». Для этого обряда требовалось убить младенца - обязательно красивого, чистого и невинного... Екатерина Медичи не остановилась перед необходимостью убийства.

В назначенный день в комнате Карла состоялась черная месса. Ее отслужили перед изображением демона, положив на пол перевернутый крест. Монах-колдун «освятил» две облатки - белую и черную. Белую дали проглотить ребенку, которого принесли сюда якобы для крещения. После «причастия» ребенку отсекли голову на ступенях алтаря. Голову положили на черную облатку, затем на стол, освещенный магическими лампадами.

Участники мессы стали вызывать демона, прося его устами отрубленной детской головы произнести пророчество. Вскоре все действительно услышали слабый, какой-то нечеловеческий голос, раздавшийся ярмо из мертвой головы младенца. Он произнес несколько латинских фраз - на первый взгляд, бессмысленный набор слов. Екатерина и монах попытались истолковать предсказание в положительном смысле. Однако король вскоре умер...

Колдовство и преступления не принесли Екатерине Медичи счастья. Все четыре ее сына скончались: трое от неведомых болезней, а король Генрих III был убит. Никто из них не оставил после себя законных наследников. Династия могущественных властителей Валуа ушла в небытие...

Как-то вечером, в послереволюционном Петрограде, в гостиной одного особняка собралось около 20 человек. Это были сильнейшие петроградские маги. Вместе они намеревались совершить тайный обряд, призванный уничтожить большевистских вождей. Для этого в гостиную внесли портреты Ленина, Троцкого и других вождей революции, чтобы проделать над ними смертоносные магические манипуляции...

Но замысел не удался. Кто-то донес обо всем в ЧК. Чекисты окружили дом, ворвались в гостиную и... расстреляли всех присутствующих на месте. Не было ни арестов, ни допросов, ни суда.

Инесса ПЕРОВА.

© «Незримая сила»

...начнем с того, что он дважды пережил клиническую смерть. В первый раз по глупости: играл в детстве с мальчишками в одну «страшилку». Правила были поистине чудовищными: [illegible] изо всех сил надавливали на сонную артерию, проверяя товарища «на прочность» - до момента отключения сознания. Затем «отключившегося» обливали водой, приводя в чувство, и с нетерпением ждали впечатлений. Трагедия произошла, когда Игорь после трех опрокинутых ведер воды так и не пришел в себя. Схватили за руку - пульс не прощупывается, изо рта пошла пена.

Как он смог предельно точно описать свою смерть?

...Талькову виделись розовые слоны в облаках, он слушал звуки божественной музыки... И вдруг - сокрушительные удары молота: это старший брат Володя в отчаянии колотил его по лицу. Лишь три часа спустя Игорь смог внятно ответить на первый вопрос...

«Меня убьют чуть позже, при большом стечении народа, а убийцу так и не найдут».

Во второй раз он едва не умер во время гастролей по Таджикистану. На одной из репетиций певца сильно ударило током. И опять рядом оказался Володя - и чудом успел спасти брата. Но на ладонях у Талькова долго оставались глубокие раны: следы от струн, буквально прикипевших к пальцам...

Дважды старший брат, выполняя роль ангела-хранителя, вытаскивал Игоря с того света. В третий раз обмануть судьбу не удалось.

Роковая песня

Гибель свою Тальков предчувствовал. Его музыканты вспоминают, как однажды, за восемь лет до трагедии, группа отказывалась лететь на гастроли само-

Но поистине роковой стала для Игоря «Россия». Брат Владимир считает, что «этой композицией он подписал себе смертный приговор». Когда Тальков сочинял эту музыку, выходила из строя аппаратура, внезапно во всем квартале гас свет... После окончательного сведения песни ночью Игорю приснились черные руки, которые пытались задушить его.

Именно «Россия» сделала Талькова по-настоящему известным. От предложений выступить с концертами, на радио, в телепередачах не было отбоя. Кстати сказать, он почти всегда соглашался. «Куда ты спешишь?» - удивлялись друзья. «Могу не успеть», - отвечал Игорь.

Знаки судьбы

Казалось, он всюду успевал: записывал новые песни, без конца гастролировал, занимался политикой, снимался в кино. И нигде не обошлось без мистических совпадений. Так, в фильме «За последней чертой» Тальков невольно сыграл собственную гибель.

По ходу действия главный герой - бывший боксер Дремов (Е.Сидихин) - врывается на бандитскую малину и расстреливает в упор всех своих обидчиков, в том числе и Талькова. Этот эпизод снимался 6 октября 1990 года, и ровно через год - 6 октября 1991 года - Игоря убили по-настоящему. Как вы помните, это был выстрел в упор.

Родные тоже чувствовали, что должно произойти что-то страшное. Жене Татьяне за месяц до рокового концерта постоянно снились кошмары, она совершенно извелась. Боялась всего, особенно отъездов мужа. К сожалению, ей не удалось уговорить его отменить те питерские гастроли. Татьяна вспоминает, что в тот последний раз все было иначе, не так, как раньше. Игорь вечно разъезжал по стране и потому никакого особого ритуала прощания не было: чмокал жену и сына в щечку, бросал: «Пока» - и сбегал по лестнице. Но в этот раз он попрощался со всеми, даже с любимым котом. Сыну, Игорю-младшему, наказал слушаться и беречь маму. И никак не мог уйти: спускался медленно, несколько раз оборачивался, как бы прощаясь.

По правилам космической игры

...В стихотворении «Памяти Виктора Цоя» есть строчки, посвященные поэтам:

Они уходят, выполнив задание,
Их отзывают высшие миры,
Неведомые нашему сознанию,
По правилам космической игры.

Кто знает, может, и Игорь Тальков, выполнив земное задание, отправился в высшие миры.

Но не навсегда - обещал же в одной из песен: «Я воскресну и спою...». Недаром Игоря называли пророком.

Виталий ИВАНОВ.

© «Оракул».

го, чистого и невинного... Екатерина Медичи не остановилась перед необходимостью убийства.

В назначенный день в комнате Карла состоялась черная месса. Ее отслужили перед изображением демона, положив на пол перевернутый крест. Монах-колдун «освятил» две облатки - белую и черную. Белую дали проглотить ребенку, которого принесли сюда якобы для крещения. После «причастия» ребенку отсекли голову на ступенях алтаря, внесли портреты Ленина, Троцкого и других вождей революции, чтобы проделать над ними смертоносные магические манипуляции...

Но замысел не удался. Кто-то донес обо всем в ЧК. Чекисты окружили дом, ворвались в гостиную и... расстреляли всех присутствующих на месте. Не было ни арестов, ни допросов, ни суда.

Инесса ПЕРОВА.

© «Незримая сила».

ДЖОРДЖ БУШ - ИЗ ЯЩЕРИЦ?

Представитель Ватикана, ответственный за культуру кардинал Павел Поупард, опубликовал недавно брошюру на 90 страниц, в которой высказывает озабоченность распространением новых сект и культов, объединяемых общим названием «Новая эра». «Уж лучше бы они верили во встречи с пришельцами, чем в это», - сказал кардинал в одном из интервью. Но в том-то и дело, что в пришельцев они тоже верят. Во всяком случае, многие. Только по-своему.

Одни уверены, что пришельцы хотят нам добра - вот-вот прилетят и заберут с собой лучших представителей человечества. Другие верят в существование так называемых «рептоидов» или «дракоидов», которые только и ждут, чтобы уничтожить землю. Те и другие обычно не сомневаются, что жизнь на Земле создали пришельцы. И ждут, что на борту НЛО прилетит сам Иисус Христос вместе с лупоглазыми инопланетянами.

Другие (например, в Англии) собираются в парке и молятся на... автомобильные аккумуляторы. Или ещё «тусуются» возле Стоунхенджа, призывая на Землю братьев по разуму. Из тех, кто видит в пришельцах зло, самый известный - Дэвид Айк, бывший телевизионщик, который воспринимается нынче как гуру Новой Эры по обе стороны Атлантики. Он считает, что результатом посещения Земли пришельцами стало в своё время создание вероломной расы рептоидов, или дракоидов.

Как утверждает Айк, президент Буш, например, наверняка из этих, из ящериц. Рептоидный статус руководителей других стран пока неизвестен.

ПОЛНЫЙ УЛЕТ

ГЛУХОНЕМОЙ ОХОТНИК ЗА НЛО

За день до этой удивительной встречи я совершенно случайно оказался в оживленной толпе краснодарцев, наблюдавших в вечернем небе нечто.

Темная «тарелочка» то зависала в воздухе, то стремительно смещалась в сторону, сверкая молнией в лучах заходящего солнца. Наконец словно растворилась в небе. Неужели НЛО?

Наталья Шелудько, услышав мой рассказ о необычном явлении, сказала (вернее, написала в блокнотике быстрым почерком - она глухонемая): «Жаль, не было Валеры. Он бы все это снял на пленку с увеличением, и тогда сразу бы стало ясно, что вы видели».

Валера - ее муж, недавно ушедший из жизни совсем еще не старым человеком. Он был охотником за НЛО и контактером с теми, кто прилетает на Землю из других миров. Во всяком случае, в это верят его жена Наталья, местные уфологи и даже некоторые ученые. И вера их зиждется не на пустом месте.

Листаем пухлый альбом. Под первым снимком дата - 28 марта 1984 года, 3.20 ночи. Ярко светящийся на черном фоне, немного смазанный стремительным движением диск. Именно в этот час для Валерия начался «тарелочный» бум, который сопровождал его всю жизнь.

В ту ночь он проснулся от промозглого холода. Пошел закрыть окно и машинально бросил взгляд на градусник за окном. То, что при этом увидел, буквально потрясло [illegible] центром Краснодара, [illegible] крышей [illegible] висела [illegible]

Гости из далеких миров избрали своим собеседником глухонемого инвалида из Краснодара?

Наталья Шелудько. - Он предчувствовал каждое появление НЛО».

Второго свидания с пришельцами Валера ждал целых шесть лет. И был к нему готов. Оборудовал специальную площадку, где были и бинокль, и тренога для фотоаппарата, который позже дополнила кинокамера, и фонарик. Для чего? А он им сигналил. Но, убеждена Наталья, дело не в сигналах, а в самом человеке. Валерий был открыт для космоса, вот к нему и прилетели.

- Как это прилетели? - воскликнула я, совсем забыв, что Наталья нас не слышит. Но она, конечно, «услышала» и потянулась к блокнотику, в котором появилась сногсшибательная запись: «25 сентября 1996 года Валера впервые сфотографировал инопланетян». И положила на стол фотографии.

По словам Натальи Шелудько, Валерий «входил в контакт с инопланетянами» не один раз. Причем почти всегда о появлении их сигнализировала кош-

Возможно, Валерий все-таки воспользовался

Валеры был контакт с гуманоидами, я большей частью спала. Но однажды на кухне видела какой-то светящийся голубой силуэт. И Светлана, сестра Валеры, приезжавшая из Киева, тоже видела».

пой пришельцев. Среди них, ему кажется, была и женщина. На одном снимке запечатлен профиль космической красавицы - светящийся облик, даже в глазах искорки, хоть стихи посвящай. И еще деталь - у каждого на плече буква, [illegible] «Е». Звали

На этой ленте ждущей специальной экспертизы, - настоящий парад неопознанных, но четко зафиксированных летающих объектов. В этот вечер мы поняли, как стереотипно бедно представляли себе эти самые «тарелки». Потому что на живых - текущих, дрожащих, трансформирующихся кадрах, сделанных Шелудько, тарелок вовсе нет. Зато есть корабли в форме веретена, шара, пирамиды, тора с габаритными огнями по бокам. Некоторые вообще не вписываются в привычные геометрические фигуры, потому что их форма постоянно меняется, как и цвет, объем, масса. Если это мистификация, то этот рано ушедший из жизни парень был блестящим мистификатором. Потому что для таких трюков как минимум нужна компьютерная графика.

Но наследство Валерия Шелудько при всей своей фантасмагоричности, думается, дает пищу для размышлений. До недавнего времени, выполняя волю умершего, Наталья держала это наследство под секретом. Сейчас она готова открыть его. Правда, с одним условием: если экспертами станут не спекулянты на дешевых сенсациях, а серьезные специалисты. Однако «серьезные» не торопятся.

К слову, Наталья так и не верит до конца в смерть мужа. Очень возможно, считает она, то ли с печальной иронией, то ли всерьез, что Валерий все-таки воспользовался приглашением гуманоидов и улетел с ними...

Николай СЕДОВ.

...за окном. То, что при этом увидел, буквально потрясло его - над центром Краснодара, прямо над крышей 12-этажки, висела натуральная «летающая тарелка». Валерий разбудил жену, бросился искать свой «Зенит». Несколько раз щелкнул затвором, правда, без особой надежды, что хоть что-нибудь выйдет. Пленку проявил тут же. Но снимок, который получился, стоил того. На нем светилась загадочная «тарелка».

«Это стало для него смыслом жизни, - написала в блокнотике ...ложила на стол фотографии.

По словам Натальи Шелудько, Валерий «входил в контакт с инопланетянами» не один раз. Причем почти всегда о появлении их сигнализировала кошка Маркиза. Она вздыбливала шерсть, угрожающе урчала, сверкая глазами. А потом взбиралась на карниз, поддерживающий портьеры. Валерий тут же хватался за фотоаппарат.

Возможно, Валерий все-таки воспользовался приглашением гуманоидов и улетел с ними...

- А вы-то сами, - спрашиваем Наталью, - что-нибудь видели?

Она сразу пишет: «Когда у Валеры был контакт с гуманоидами, я большей частью спала. Но однажды на кухне видела какой-то светящийся голубой силуэт. И Светлана, сестра Валеры, приезжавшая из Киева, тоже видела».

Смотрю на снимки и невольно ищу глазами места в квартире, где они были сделаны. Вот здесь, у постели хозяйки, появились из золотистого марева три великана, словно вылепленные из прозрачного пластилина. Ростом под потолок. Валерий быстро нашел с ними общий язык, и они понимали его.

Совершенно потрясла охотника за НЛО встреча с другой группой пришельцев. Среди них, ему кажется, была и женщина. На одном снимке запечатлен профиль космической красавицы - светящийся облик, даже в глазах искорки, хоть стихи посвящай. И еще деталь - у каждого на плече буква, похожая на латинскую «F». Звали с собой. Туда - в космос. Обещали излечить от болезней. Но он почему-то отказался.

Потом был включен видик, и мы стали смотреть Валерин фильм.

...держала это наследство под секретом. Сейчас она готова открыть его. Правда, с одним условием: если экспертами станут не спекулянты на дешевых сенсациях, а серьезные специалисты. Однако «серьезные» не торопятся.

К слову, Наталья так и не верит до конца в смерть мужа. Очень возможно, считает она, то ли с печальной иронией, то ли всерьез, что Валерий все-таки воспользовался приглашением гуманоидов и улетел с ними...

Николай СЕДОВ.
© «Труд-7».

НОВАЯ ЛУНА?

В сентябре 2002 года Би-Би-Си объявило, что астроном-любитель Билл Еунг из Аризоны нечаянно сделал эпохальное открытие. Помимо привычной Луны, он обнаружил в небе еще одну, и не исключено, что она появилась в наших краях еще недавно.

Американец Поль Чодас заявил, что Земля прихватила себе этот спутник, скорее всего, в апреле-мае. Вокруг Земли новая «Луна» буквально мечется - ее орбита составляет 50 дней. Так что если бы этот объект был тут и раньше, его бы наверняка давно обнаружили. Так или иначе, а загадочный космический объект астрономы окрестили индексом J002E3.

Эксперты, однако, долго не могли сказать, что же это такое. Может, по орбите мотается оболочка с какой-нибудь ракеты? Но австралиец Тони Бересофрд уверяет, что на космический мусор это не похоже - не соответствует ни одной дате запуска.

Самое поразительное, что тот же Дэвид Уайтхаус, который написал о «новой Луне» 11 сентября 2002 года, уже на следующий день заявил, что, скорее всего, это то, что осталось от ракеты «Сатурн-5», и, видимо, конкретно от «Аполлона-12», который запустили 14 ноября 1969 года. Однако фотометрические замеры, проведенные Петером Кушнираком из Чехии, не обнаружили больших вариаций в яркости, чего можно было бы ожидать от металлического объекта, тем более цилиндрической формы.

От нас это «что-то» находится всего лишь вдвое дальше, чем Луна, так что может еще врезаться в Луну где-то в 2003 году или же сгореть в плотных слоях атмосферы Земли, но позже. Однако до апреля этого года «оно», мол, ходило по околосолнечной орбите, а теперь перешло на околоземную. Всякие чудеса случаются в космосе, но чтобы Земля захватила объект на свою орбиту - такого (после Луны) еще не бывало!

По материалам Интернета.

ВЕРСИИ КАТАСТРОФЫ

ШАТТЛЫ - ТУПИК КОСМОНАВТИКИ?

Что же могло быть причиной трагедии 1 февраля 2003 года?

Возможно, шаттлы - это тупиковая ветвь космонавтики. Такие высказывания появились сразу же вслед за гибелью «Колумбии».

Первый космический самолет под названием «Челленджер» взорвался 28 января 1986 года сразу после старта на высоте 17 км. «Колумбия» потерпела катастрофу 1 февраля 2003 года, наоборот, в момент спуска на высоте 60 км. При этом суммарно на обоих шаттлах погибло на сегодняшний день 14 астронавтов: два экипажа по 7 человек (в том числе 4 женщины).

Такие потери первопроходцев космоса уже настораживают.

Летательные аппараты типа «шаттл» уязвимы. Они тяжелы, для них нужен узкий коридор входа в атмосферу при посадке, малейшее отклонение приведет к перегреву и разрушению корабля. Пока не было катастроф на посадочной полосе, но и они могут быть. Спасение астронавтов из кабины практически невозможно.

В момент крушения шаттла появились сообщения о самолете, который был якобы заметен на видеопленке. Это мог быть самолет, ведомый пилотом-камикадзе, но могло быть и случайное столкновение. Не исключена также и ракета (но чья и откуда запущена, естественно, непонятно).

Возможной причиной могло стать появление НЛО. Во время многочисленных наземных авиакатастроф (например, при недавнем авиапараде в Украине с разбившимся Су-27) не один раз фиксировались посторонние тела в воздухе, пролетавшие с огромной скоростью в непосредственной близости от гибнущего самолета. Эти объекты признаны неопознанными (НЛО).

Земные летательные аппараты - удобная мишень для молний, которые вызывают частые катастрофы обычных самолетов. В случае с «Колумбией» свидетели видели рядом с инверсионным следом в определенный момент снижения аппарата некую вспышку. Это могла быть молния (уже установлено, что бортовые датчики температуры зафиксировали пятикратные показания перегрева левого крыла - что похоже на удар молнии).

«Колумбия» управлялась автоматически бортовыми компьютерами, но также и через Интернет (?!), при этом выполняла какую-то военную программу. Задавались вопросом: а не возможно ли было проникнуть с Земли в бортовой компьютер, то есть не могла ли это быть электронная диверсия?

Есть версия разрушения корабля в результате того, что с крыльев или фюзеляжа отлетело несколько огнеупорных плиток, или попадания куда-то куском льда с обшивки корабля. Такая возможность всегда предусматривается (закладывалась она и при полете нашего «Бурана») и не считается нештатной. Во всяком случае полеты из-за этого не отменяют.

А после каждого полета слегка потрепанный «боевой товарищ» - шаттл - всегда частично восстанавливался, и считалось - так будет и впредь.

Лев МЕЛЬНИКОВ.
© «Гороскоп».

АСТЕРОИДЫ С МОТОРОМ

Это не планеты, а суперзвездолеты

Звездолеты вовсе не обязательно должны быть такими, как их изображают в фантастических фильмах.

Идеальная основа для постройки гигантского корабля - астероид! В глубинах летающей скалы можно отрыть паутину тоннелей и мириады помещений поперечником в сотни метров. Там разместятся механизмы и экипаж. Небесные странники богаты рудами - вот и сырье для постройки машин. Многокилометровая толща породы над головой - прекрасная защита от ударов метеоритов и жесткого галактического излучения. В таком корабле могли бы жить, поколение за поколением, миллионы людей и путешествовать по Вселенной.

Астероиды-звездолеты бороздят страницы научно-популярных изданий и фантастических романов. Большая наука смотрит на эти фантазии свысока. Однако полый астероид с гуманоидами внутри - это еще не самая яркая фантазия. Однажды некие Васильев и Щербаков предложили, что и наша Луна - не что иное, как искусственное космическое тело - суперкорабль.

Сегодня научные страсти кипят вокруг Фобоса, якобы он упадет на Марс. К такому сенсационному выводу пришли астрономы в конце 1950-х годов. Оказалось, что спутник «бога войны» движется не по кругу, а по очень пологой спирали. Не пугайтесь: катастрофа случится через многие миллионы лет. Рассчитав торможение спутника в верхних слоях марсианской атмосферы, ученые определили: Фобос необычайно легок для своих размеров. Известный советский астрофизик Иосиф Шкловский дерзко предположил, что Фобос полый внутри, а значит, искусственный!

Увы, первые крупные снимки Фобоса, сделанные вскоре космическими станциями, разочаровали любителей сенсаций: овальная тридцатикилометровая скала, испещренная разнокалиберными кратерами и трещинами, нисколько не походила на сверкающий металлом гигантский корабль.

Над Шкловским даже не подшучивали. Он сам отказался от своей гипотезы под «давлением фактов». Ну а поскольку официальная наука не допускала в свой храм каких-то сомнительных гуманоидов без земной прописки, аномальные параметры орбиты Фобоса быстренько объяснили действием приливных сил и забыли об этой загадке на многие годы.

А напрасно. Фобос - любопытный объект. Взять хотя бы его огромный кратер Стикни, сопоставимый по диаметру с самим спутником. Астрономы говорят, что удар метеорита, образовавший этот кратер, был столь силен, что Фобос едва не раскололся. «Едва» - какое чудесное везение. А может, и не было никакого удара?

А космос тем временем не устает загадывать нам все новые загадки. Вспомните, сколько разговоров ходит в последние годы вокруг астероидной опасности. Гигантские скалы, пролетающие в опасной близости от нашей планеты, астрономы открывают с завидной регулярностью. Мириады больших и малых планетоидов буквально исчерчивают Солнечную систему своими «дорожками». Один такой многокилометровый «булыжник» прикончил всех динозавров 65 миллионов лет назад. Геологи свидетельствуют: такие катаклизмы были в жизни Земли не один раз. Однако после зарождения нашей цивилизации наступила тишина. Нельзя же всерьез считать опасным «нападением» Тунгусский метеорит...

Может, эта цивилизация скрывается именно на астероидах-кораблях?

Неужели это случайность? А может, в нашей системе давно присутствует чужой разум, который незаметно, потихоньку меняет траектории самых опасных астероидов, оберегая нас. Может, эта цивилизация скрывается именно на астероидах-кораблях? Кажется, что доказать это невозможно. Но вот самые свежие новости.

В конце прошлого года американская межпланетная станция «Галилео» облетела вокруг Амальтеи, спутника Юпитера. Измерив траекторию космического аппарата, удалось определить массу Амальтеи, а вычислив по фотографиям ее объем - получили и плотность. Она оказалась сравнима с плотностью воды или даже льда. Но выглядит-то Амальтея каменной! А значит, Амальтея воскрешает наши надежды на присутствие инопланетных эмиссаров поблизости от Земли. Правда, астрономы уже предположили, что на заре существования Солнечной системы Амальтею расколол на множество кусков удар большого астероида. Позднее обломки якобы снова собрались вместе под действием притяжения, но между ними остались пустоты.

Гипотеза хромает. На фотографиях планета вовсе не выглядит конгломератом обломков - типичный малый спутник, продолговатая «картофелина» длиной 270 км, изрытая метеоритными кратерами.

Леонид ПОПОВ.

© «Алфавит».

...в глубинах летающей скалы можно отрыть паутину тоннелей и мириады помещений поперечником в сотни метров. Там разместятся механизмы и экипаж. Небесные странники богаты рудами - вот и сырье для постройки машин. Многокилометровая толща породы над головой - прекрасная защита от ударов метеоритов и жесткого га-

...на эти фантазии свысока. Однако полый астероид с гуманоидами внутри - это еще не самая яркая фантазия. Однажды некие Васильев и Щербаков предложили, что и наша Луна - не что иное, как искусственное космическое тело - суперкорабль.

Сегодня научные страсти кипят вокруг Фобоса, якобы он упадет на Марс. К такому сенсационному выводу пришли аст-

...фактов». Ну а поскольку официальная наука не допускала в свой храм каких-то сомнительных гуманоидов без земной прописки, аномальные параметры орбиты Фобоса быстренько объяснили действием приливных сил и забыли об этой загадке на многие годы.

А напрасно. Фобос - любопытный объект. Взять хотя бы его огромный кра-

...рожками». Один такой многокилометровый «булыжник» прикончил всех динозавров 65 миллионов лет назад. Геологи свидетельствуют: такие катаклизмы были в жизни Земли не один раз. Однако после зарождения нашей цивилизации наступила тишина. Нельзя же всерьез считать опасным «нападением» Тунгусский метеорит...

Неужели это случайность? А может, в нашей системе давно

...кусков удар большого астероида. Позднее обломки якобы снова собрались вместе под действием притяжения, но между ними остались пустоты.

Гипотеза хромает. На фотографиях планета вовсе не выглядит конгломератом обломков - типичный малый спутник, продолговатая «картофелина» длиной 270 км, изрытая метеоритными кратерами.

Леонид ПОПОВ.
© «Алфавит».

КОСМИЧЕСКИЙ ПОЧТАЛЬОК

«ПИОНЕР» ОТСАЛЮТОВАЛ

НАСА официально прекратило попытки связаться с космическим зондом «Пионер-10». Немного грустно. Ушла целая эпоха, ушло маленькое чудо. Напомним, что межпланетную станцию запустили 2 марта 1972 года и рассчитана она была на работу в течение 21 месяца. Но активная жизнь аппарата продлилась более тридцати лет!

Самые важные открытия «Пионер-10» совершил в первые годы полета. Например, он впервые передал на Землю фотографии Юпитера и его многочисленных лун, снятие вблизи (1973 год), впервые достиг края Солнечной системы - орбиты Плутона (1983 год) - и вылетел за ее пределы. В последние годы аппаратура на станции отключалась одна за другой - постепенно «садилась» атомная батарейка. Но передатчик продолжал работать.

Последний раз его слабый голос удалось поймать в конце января этого года. «Пионер-10» сейчас так далеко, что его радиосигналы, пробегая в секунду по триста тысяч километров, добираются до нас за 11 часов и 20 минут. Некоторое время инженеры пытались снова услышать аппарат, теперь же решено: это все!

Но миссию «Пионера-10» нельзя считать законченной! Осталось еще одно, не вполне научное, а скорее романтическое задание. На борту станции закреплена золотая пластинка с посланием инопланетянам. Вероятность того, что «Пионер-10» когда-либо подберут наши братья по разуму - ничтожно мала. Но все же...

В составлении краткого, но емкого письма участвовал великий астроном Карл Саган, один из энтузиастов поиска внеземной жизни. Удивительный язык символов и математики должен быть понятным любой разумной расе. Посмотрите на рисунок - вверху слева два кружка и черточки - схема водорода, самого распространенного вещества во Вселенной. Длина его волны - это отправной масштаб для остальных рисунков, а на них изображение самого «Пионера» и мы сами. Слева - самое главное - то, что похоже на звезду, - это указание на наше местоположение по отношению к самым ярким пульсарам в близлежащей области Вселенной. Внизу - схема Солнечной системы с указанием планеты, с которой запущен аппарат. Кстати, через пару миллионов лет «Пионер-10» доберется до Альдебарана - «глаза» созвездия Быка.

Бутылки в море. Если их находят, то обычно через много-много лет. Быть может, отправителей нет уже в живых, а послание - вот оно, в чьих-то руках. Разве это печальное соображение когда-либо останавливало авторов бутылочной почты?

© «Алфавит».

КРУШЕНИЕ НЛО: БЫЛО ИЛИ НЕ БЫЛО?

О крушении НЛО в Ацтеке спорят до сих пор - было или не было. Некоторые скептики утверждают без тени сомнения, что это «липа», мистификация, придуманная двумя ловкачами. Всю историю изобрели-де Силас Ньютон и Эдвард Гебауэр - им уж очень хотелось продать правительству проект придуманного ими самолёта-снаряда, и угроза со стороны НЛО была бы весьма кстати. И никакого крушения НЛО там не было, тем более что и самих летающих «тарелок» в природе не существует.

Уфологов, конечно, не переубедишь. Они-то знают, что в марте 1948 года в каньоне Харт возле местечка Ацтек военные обнаружили потерпевший аварию инопланетный космический корабль, в котором находились обгоревшие тела не то 14, не то 16 пришельцев. А вот сам НЛО-диск диаметром примерно 30 метров остался, по сути, неповреждённым, так что военные поспешили прибрать его к рукам.

Именно в память об этом ЧП в Ацтеке проходил шестой ежегодный симпозиум уфологов - с 21 по 23 марта 2003 года. И они опять спорили - что послужило причиной аварии? Предположительно, это был микроволновый луч радарной установки, которым ударили по «тарелке» с одного строго засекреченного военного объекта.

Как бы то ни было, а так называемый Ацтекский инцидент - одно из самых значимых уфологических событий, в связи с которым появились довольно подробные описания инопланетян: длинные пальцы с перепонками, отсутствие желудочно-кишечного тракта, прозрачная жидкость вместо крови и так далее. По сообщениям, приборная панель НЛО не имела проводов и была похожа на книгу с листами из пластика, а знаки на ней напоминали санскрит. С тех пор прошло 55 лет, а споры так и не утихли.

© «Незримая сила».

СМЕРТЬ - НЕВИДИМКА

БЫТЬ БЕДЕ

«Седьмой Ангел вылил чашу свою на воздух: и из храма небесного от престола раздался громкий голос, говорящий: совершилось! И произошли молнии, громы и голоса, и сделалось великое землетрясение, какого не бывало с тех пор, как люди на земле».

Откровение святого Иоанна Богослова.

Ночной гость

Еще не было атомной электростанции неподалеку от городка Чернобыль. Еще даже не прокладывали дорогу в восточной части белорусско-украинского Полесья, чтобы на берегу реки Припять приступить к грандиозному строительству. Работы по сооружению АЭС начались лишь в январе 1970 года.

...А за два года до этого по деревням и местечкам Полесья, особенно между реками Тетерев и Уж, ходили тревожные слухи. Вроде бы никак не могли знать местные старики и старухи о предстоящем строительстве, а молва о необычном объекте, который скоро возведут в 18 километрах от Чернобыля, будоражила их. Шептали о бедах, что сотворят люди сами себе. И откуда к ним пришла весть? Ведь даже районному начальству еще ничего не было известно о предстоящем строительстве.

1968 года я при-

- А где теперь этот черный свиток?

- По слухам, хранится в дупле старого дуба. А где точно - знают лишь полесские колдуньи, - пояснил старик. - Они каждый год ходят к тому дубу, гадают

ла поездка в тридцатикилометровую зону, окружающую атомную станцию. Дорога от Киева до Чернобыля напоминала фронтовую. Не было видно частных машин - только грузовики, автобусы, служебные легковые со специальными номерами. Люди в военной и милицейской форме. По возрасту они годились во внуки старику рыбаку, у них были обычные противогазы, не у всех защитные комбинезоны.

На глаза попадались брошенные дома, безлюдные улицы и проселки.

Через каждые четыреста - пятьсот

ВИРТУАЛЬНЫЙ МИР

ЧУВСТВО ОСЯЗАНИЯ ПЕРЕДАЛИ ПО ИНТЕРНЕТУ

Ученые из лаборатории виртуальной реальности при университете Буффало разработали новую технологию передачи чувства осязания по Интернету.

Исследователи утверждают, что их способ передачи тактильных ощущений принципиально отличается от всех изобретенных раньше. По словам ученых, они добавили к существующим технологиям новое измерение, сделав передачу ощущений более объемной и полной. Если раньше на расстоянии можно было понять, чем занимается другой человек, то сейчас можно узнать, что он при этом чувствует. Разница между этими двумя технологиями принципиальная, утверждают исследователи.

«Вы держите в руках карандаш. Если я буду держать вашу руку и писать ею, вы будете чувствовать, как вашу руку водят туда-сюда, но вы не будете ощущать, что вы пишете», - объясняет директор лаборатории и ведущий проекта Тенкурусси Кесавадас.

Твердое или мягкое?

Ученые добились передачи

че на расстояние ощущений одного человека другому.

Ученые разработали специальную перчатку, напичканную различными сенсорами. Первый человек - «генератор» ощущений - надевает перчатку и дотрагивается до какого-либо предмета. Данные от датчиков мгновенно поступают по Интернету в компьютер, за которым сидит «человек-приемник», также снабженный сенсорными устройствами. Он должен повторять движения «человека-генератора», следуя указаниям компьютера. Если он делает неверное движение, компьютер корректирует его.

Лучше один раз потрогать...

По словам ученых, чувство осязания - это наиболее эффективный способ обучения человека, более эффективный, чем зрение или слух. Стоит один раз вашим мышцам почувствовать точное напряжение и позицию, которые необходимы для, например, правильного удара теннисной ракеткой по мячу или кием по бильярдному шару, ваш мозг никогда этого уже не забудет. В то же время вы можете смотреть по телевизору сотни раз знаменитые голы Бекхэма, но это вряд ли научит вас хорошо играть в футбол.

Более того, новая технология позволяет записывать информацию, полученную от «человека-генератора», и проигрывать ее сколько угодно раз. Именно поэтому исследователи возлагают на новинку столько надежд. Они считают, что ее можно будет использовать как обучающий инструмент для врачей, хирургов, спортсменов и даже музыкантов и скульпторов.

В будущем врачи смогут ставить диагноз по Интернету, например, произведя виртуальную

ла их. Шептали о бедах, что сотворят люди сами себе. И откуда к ним пришла весть? Ведь даже районному начальству еще ничего не было известно о предстоящем строительстве.

Летом 1968 года я приехал в эти места порыбачить на Днепре и Припяти. Однажды к нашему вечернему костру пожаловал гость - старый рыбак из Страхолесья. Сели ужинать, разговорились, и кто-то из нашей компании поинтересовался, почему в этих местах такие жутковатые названия: Чернобыль, Страхолесье, Упокой-болото, Чертова балка, Ручей-Удавка?

Старик не дослушал перечисления географических объектов, махнул рукой и грустно улыбнулся:

- В давние времена и того было хуже. Черная могила, Погибелье, Виев шлях - всего и не упомнишь. Может, век, а может, два начальство меняет такие названия. Величают теперь по-другому деревни, реки, болота, луга, а естество не поменяешь. Не зря в старину этим местам давали жуткие имена. Предостерегали тем самым людей от разных бед.

- Да какие тут могут быть беды? - дружно удивилась наша компания. - Прекрасное место для отдыха. Вон как с рыбалкой повезло!

Старик не разделил нашего восторга.

- Кому-то повезло, а кому-то беда, - туманно ответил он. - Много веков назад пришло в эту землю неведомое племя. Но то ли болезнь какая погубила тот народ, то ли иная беда приключилась - а только сгинули люди все до единого. И, говорят, оставило племя на черном свитке свое предостережение: сколько веков после них не селиться здесь людям, не строиться, не тревожить леса и болота.

Неужели чернобыльская авария была описана много веков назад в Черном свитке?

на древних письменах. От них-то и узнали местные жители: грядет великое строительство. Доставят сюда много камня и железа, понаедет уйма людей, да только к большой беде все это...

Гость прикрыл глаза и вдруг нараспев, словно стихотворение, продекламировал:

- Будет смерть-невидимка заглядывать под каждую травинку в лесу, метить взором каждое болотце и ручеек. И никому не укрыться от того взора: ни птице, ни букашке, ни человеку. И от дыхания смерти-невидимки станут сосны рыжего цвета, зверь будет терять шерсть, воя от боли, а ягоды - приманивать человека сочной погибелью...

- Откуда эти слова? - спросил я.

- Из черного свитка...

Сад смерти и его обитатели

Наступил роковой для всего мира 1986 год. Летом мне выпа-

метров знаки предупреждения: «Не съезжать с дороги!», «В лес не входить!», «Опасная зона!», «Грибы и ягоды не собирать!».

Водитель поведал о местных новостях, усталым и отчужденным голосом сказал:

- Посмотри на эти деревья...

- Рыжие сосны... Что за странный цвет?

- Хвоя первой гибнет от радиации...

Возле одного придорожного сада я попросил остановиться. Вышел из машины и прислушался к тишине.

Откуда-то из гущи трав показался кот. Он был почти без шерсти. Жуткое зрелище - изуродованное животное. Кот беззвучно раскрывал рот - наверное, пытался мяукать от боли.

И тут я вспомнил старого рыбака с Припяти, произнесенные им слова из древнего предсказания: «И от дыхания смерти-невидимки станут сосны рыжего цвета, зверь будет терять шерсть, воя от боли».

Сбылось!

Вадим БУРЛАК.
© «Оракул».

утверждают исследователи.

«Вы держите в руках карандаш. Если я буду держать вашу руку и писать ею, вы будете чувствовать, как вашу руку водят туда-сюда, но вы не будете ощущать, что вы пишете», - объясняет директор лаборатории и ведущий проекта Тенкурусси Кесавадас.

Твердое или мягкое?

Ученые добились передачи ощущения от прикосновения к мягкому и твердому объекту, а также от предметов различных форм. Исследователи называют этот метод ответным осязанием, а суть его заключается в передаю, полученную от «человека-генератора», и проигрывать ее сколько угодно раз. Именно поэтому исследователи возлагают на новинку столько надежд. Они считают, что ее можно будет использовать как обучающий инструмент для врачей, хирургов, спортсменов и даже музыкантов и скульпторов.

В будущем врачи смогут ставить диагноз по Интернету, например, произведя виртуальную пальпацию живота. Остеопаты смогут учить своих подопечных целительному искусству на примере своих собственных ощущений.

Правда.ру.

СОВЕТ ИЗ МОГИЛЫ

Канадская пара, Пол и Дженнифер Лолесс, растили двух детей, почти во всем отказывали себе и надеялись на удачу. Поэтому они постоянно покупали лотерейные билеты. Однажды в воскресенье одним из выигравших и стал номер Лолессов!

Супруги решили пока спрятать билет и проконсультироваться с адвокатом по вопросам финансового планирования, как им лучше распорядиться деньгами и как справиться с известностью, которая неизбежно их ждет. Через два месяца все юридические вопросы были улажены. После выплаты налогов им полагалось по билету канадской лотереи 800 тысяч американских долларов!

И наконец настал день, когда они решили взять деньги.

- У меня заныло сердце, когда Пол спросил, где я спрятала лотерейный билет, - рассказывает Дженнифер. - Я помнила, что мы пели и танцевали, а билет лежал на столе во дворе. Куда он делся потом, я не могла бы сказать и под страхом смерти.

На следующее утро Пол, как обычно, уехал в Торонто на химический завод, где он работал. Ближе к вечеру зазвонил телефон. Это был начальник Пола. Дженнифер слушала его, оцепенев от горя. До нее доходили только отрывочные слова. Взрыв... Трагедия... «Скорая помощь»...

Но беда не приходит одна. У Дженнифер всегда было больное сердце, и тут оно не выдержало ударов. Она потеряла сознание и упала на пол. Шестилетний Гарри позвонил в полицию. Дженнифер забрали в больницу, ей предстояла операция на сердце. Детей взяли соседи.

- Вдруг я посмотрела вниз, - вспоминала потом женщина, - и увидела себя. Мое тело лежит на операционном столе. А я парю под потолком, потом влетаю в темный тунель. Но в конце туннеля яркий свет, и там стоит Пол. Я делаю шаг к нему, но он велит мне остановиться и говорит, что мое время еще не пришло. Потом он сказал: «Я знаю, где лежит лотерейный билет. Посмотри под камнем недалеко от клена».

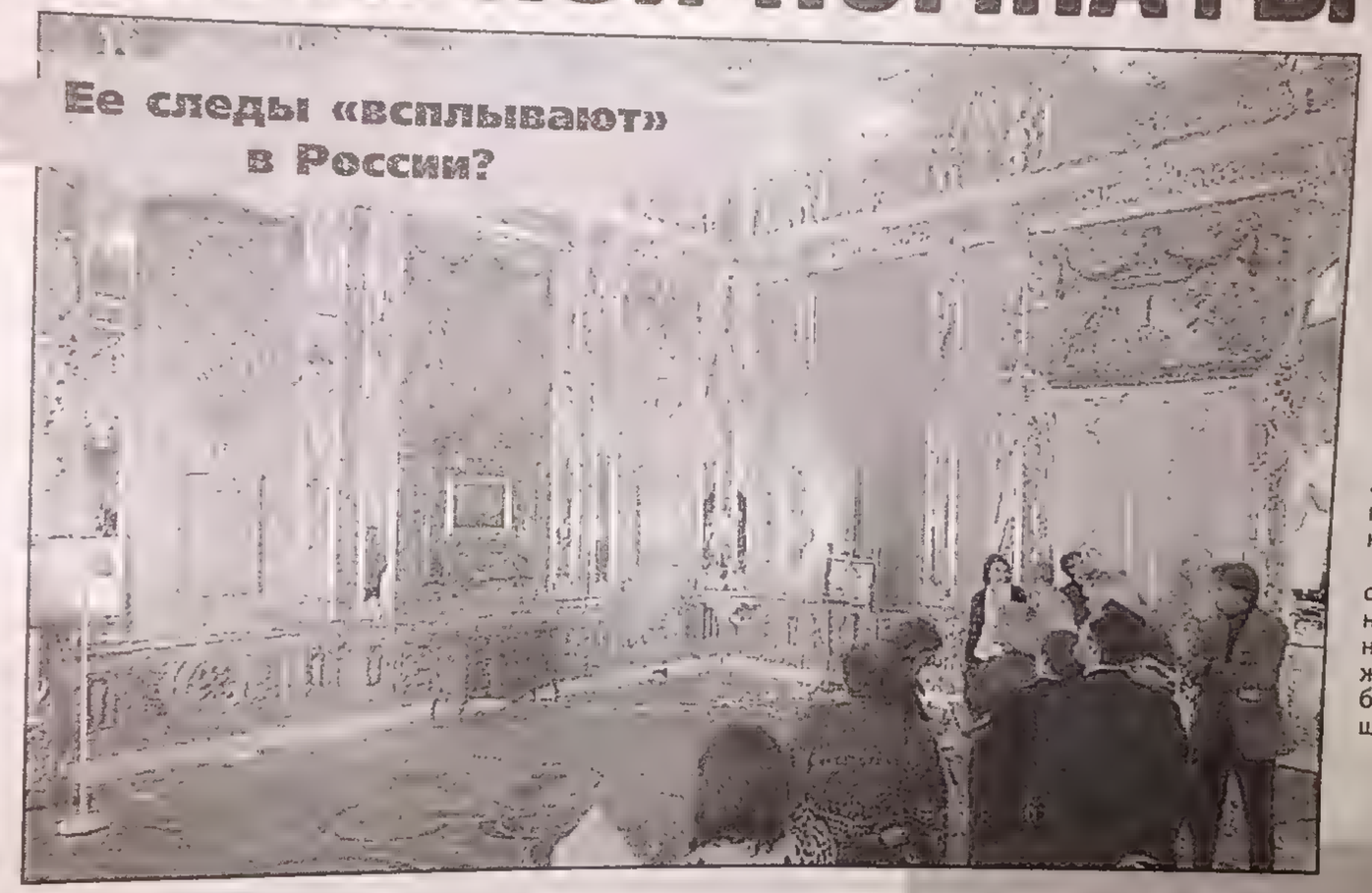
Операция прошла успешно, и через две недели Дженнифер снова была дома с детьми.

- Приехав домой, - рассказывает она, - я тут же побежала к клену, подняла камень... Там, как говорил Пол, лежал билет...

© «Тайная власть».

ПОИСКИ И НАХОДКИ

НОВЫЕ ТАЙНЫ ЯНТАРНОЙ КОМНАТЫ



В начале 1998 года автору этой статьи позвонил неизвестный, представившийся туристом из Германии, и пригласил на встречу, где обещал рассказать некоторые подробности, связанные с вывозом немецкими войсками фрагментов Янтарной комнаты из Пушкина.

Незадолго до этого звонка в наших ведущих СМИ были показаны появившиеся на Западе отдельные панно, явно бывшие когда-то элементами Комнаты. Когда немецкая полиция вышла на владельца одного из таких панно, тот сказал, что эта семейная реликвия была в качестве трофея вывезена отцом из России.

Рассказ бывшего немецкого солдата, а затем военнопленного проливал свет на происхождение этих вынырнувших из небытия в Германию янтарных панно. Оказалось, что они не имеют никакого отношения к вывезенным в Кенигсберг ящикам с Янтарной комнатой.

В 16 часов 17 октября 1941 года немцы вошли в Царское Село. В Екатерининский дворец ворвались солдаты вермахта и испанской Голубой дивизии. Осмотревшись, они начали штыками выламывать куски панелей и запихивать добычу в ранцы. Несколько часов продолжалась эта дикая «при[illegible]», прежде чем ее пресекли.

Разумеется, вообще непосредственно немецкому командованию не подчинялись.

В итоге наиболее пострадал средний пояс Комнаты, куда можно было дотянуться штыком. Именно здесь и находились те панно, которые недавно «всплыли» на Западе.

Немцы

Часть янтарных панелей, по-видимому, так и осталась запрятанной или закопанной прямо в Царском Селе.

ную комнату поместили в королевский дворец.

В начале марта 1944 года, после пожара в королевском замке, Комнату перенесли в южное крыло, а затем, когда ситуация на фронте ухудшилась, снова разобрали, упаковали в ящики и спустили в подвал.

Позвонивший автору статьи в 1998 году бывший немецкий солдат присутствовал в Екатерининском дворце в тот момент, когда солдаты его полка сдирали со стен янтарные панели, и утверждал, что некоторые из грабителей,

Ее следы «всплывают» в России?

Поэтому меня особенно не удивил звонок из Пушкина от незнакомой женщины. Ее сыновья, ремонтируя подвал в доме, где они живут, обнаружили тщательно закопанные в угольном шлаке две янтарные панели. Мать узнала об этом лишь тогда, когда они продали одну из панелей случайному знакомому. У того в момент продажи не оказалось нужной суммы, и он заплатил лишь часть, обещав остальное отдать на следующий день. Но когда один из сыновей явился на условленное место, его сбила машина, водитель которой скрылся.

Сам факт находки меня не удивил: это лишь подтверждало сообщения бывших немецких солдат. Не исключено, что в нынешней России аналогичная судьба постигла и другие находки, тем более что слухи о них в Пушкине ходили и раньше.

Наша встреча должна была состояться в самом людном месте, непосредственно на вокзале. По неизвестной причине звонившая женщина на встречу не пришла, не было от нее звонка и в последующие дни...

Татьяна САМОЙЛОВА.
© «НЛО».

КСТАТИ

МАКАРЕВИЧ ИЩЕТ ШЕДЕВР НА ДНЕ

Андрею Макаревичу тоже не дает покоя загадка пропавшей Янтарной комнаты, следы которой теряются в Балтийском море. Он и прибыл в Калининград для того, чтобы обследовать затопленную нацистскую яхту «Кастор», пере[illegible] сокровища, собранные

начиналась плотная муть. Но корабль аквалангисты все же отыскали. С мощными подводными фонарями и видеокамерами они попытались проникнуть внутрь ржавого, заросшего водорослями «тайника».

О находках на корабле Кока Андрей говорит неохотно - не хо[illegible]

ки панелей и запихивать добычу в ранцы. Несколько часов продолжалась эта дикая «при-хватизация», прежде чем ее пресекли.

Часть янтарных панелей, по-видимому, так и осталась запрятанной или закопанной прямо в Царском Селе.

Разумеется, было возвращено далеко не все. Те из солдат, кто действовал достаточно нагло на виду других и понимал, что может стать объектом доноса, вернули часть, а остальное тщательно припрятали, причем некоторые закопали добычу прямо в парке. Испанские же солдаты из Голубой дивизии

В итоге наиболее пострадал средний пояс Комнаты, куда можно было дотянуться штыком. Именно здесь и находились те панно, которые недавно «всплыли» на Западе.

Немцы сформировали специальную команду, солдаты которой стали аккуратно снимать уцелевшие янтарные панели, зеркала и люстры. Все это было упаковано в ящики, на грузовиках вывезено на станцию и по железной дороге отправлено в Кенигсберг. В Кенигсберге Янтарную комнату поместили в королевский дворец.

В начале марта 1944 года, после пожара в королевском замке, Комнату перенесли в южное крыло, а затем, когда ситуация на фронте ухудшилась, снова разобрали, упаковали в ящики и спустили в подвал.

Позвонивший автору статьи в 1998 году бывший немецкий солдат присутствовал в Екатерининском дворце в тот момент, когда солдаты его полка сдирали со стен янтарные панели, и утверждал, что некоторые из грабителей, позже тщательно спрятавшие свою добычу, погибли, и спрятанное оказалось невостребованным, определенная часть янтарных панелей, по-видимому, так и осталась запрятанной или закопанной прямо в Царском Селе.

МАКАРЕВИЧ ИЩЕТ ШЕДЕВР НА ДНЕ

Андрею Макаревичу тоже не дает покоя загадка пропавшей Янтарной комнаты, следы которой теряются в Балтийском море. Он и прибыл в Калининград для того, чтобы обследовать затопленную нацистскую яхту «Кастор», перевозившую сокровища, собранные на территории СССР во время войны. «Яхту» Макаревич нашел, но вот загадочной Янтарной комнаты там не оказалось.

По предположению друга Макаревича, начальника отдела по поиску культурных ценностей области Авенира Овсеянова, Янтарная комната, поиски которой не прекращаются больше шестидесяти лет, может спокойно лежать на дне, неподалеку от городка Балтийск, сообщает «Комсомольская правда». На этом месте в конце войны затонул корабль последнего гауляйтера Пруссии Эриха Коха. На яхте «Кастор» нацисты собирались вывезти в центральную часть Германии сокровища, собранные по приказу Коха на территории всего СССР. И, возможно, Янтарную комнату.

Упоминание о ней отыскалось в письме к гауляйтеру: «...В огне войны гибнут многие культурные и исторические ценности мирового значения. Не исключено, что такая участь может постичь замечательнейшие произведения выдающихся мастеров и Янтарную комнату, национальную гордость Германии, находящуюся ныне в Екатерининском дворце города Пушкин (Царское Село). Необходимо принять все меры для возвращения этого шедевра в лоно Родины и, поскольку она сделана из прусского янтаря, в Восточную Пруссию, в Кенигсберг».

Андрей Макаревич и калининградские дайверы решили досконально обследовать затонувший «Кастор», невзирая на неподходящую погоду.

По словам Макаревича, видимость на месте, где затонул корабль с сокровищами, была отвратительная - всего два-три метра, а дальше *начиралась плотная муть. Но корабль аквалангисты все же отыскали. С мощными подводными фонарями и видеокамерами они попытались проникнуть внутрь ржавого, заросшего водорослями «тайника».*

О находках на корабле Коха Андрей говорит неохотно - не хочет раньше времени раскрывать интригу. Судя по всему, пока следы Янтарной комнаты музыканту и дайвингисту отыскать не удалось. Но там могли остаться другие сокровища нацистов, отыскать которые по

силам только более оснащенной экспедиции. Домой в Москву Макаревич увезет всего один трофей - бутылку вина с корабля «Кастор».

После этого погружения группа исследователей и Макаревич отправились на затопленный Синявинский карьер, где до войны велась открытая разработка янтаря.

В карьере глубиной более 30 метров вырублена огромная шахта «Анна». Некоторые историки утверждают, что в ней могла быть спрятана легендарная комната.

«Мне очень жаль, что в карьере не удалось найти следов сокровищ. Пески движутся и быстро все под собой погребают. Тем не менее я считаю это погружение в Балтийское море удачным, - сказал Макаревич «Комсомолке».

dni.ru

ПАРАПСИХОЛОГ МАЛЬЦЕВ ОТВЕДЕТ ВАШУ БЕДУ

"В молодости я думала, что проживу с мужем счастливо всю жизнь. Но судьба распорядилась иначе. Ядовитой змеей, ищущей, где потеплее, в нашу семью вползла разлучница. В семье пошел разлад. И стал мой любимый муж, мой Сереженька грубым, на себя не похожим. Хуже того, он крепко запил, хотя раньше это было по большим праздникам. Когда я пыталась поговорить с ним, он менялся в лице, злился и под любым предлогом убегал из дома. А через полгода ушел совсем. В последний раз мы сидели за столом, смотрели друг на друга и горько плакали. В слезах он признался, что всей душой он со мной и детьми. Но та, которая стройней и моложе, тянет его своими колдовскими чарами. Он ушел... А у меня словно земля уплыла из-под ног. Мне стало жаль себя. Посмотрела на себя в зеркало и ужаснулась. Годы и стрессы сделали свое дело. Я безобразно потолстела. Отчаяние, мрак, пустота в душе... Сначала меня словно парализовало. Потом я немного ожила и стала искать всевозможные средства, чтобы спасти семью. Но, увы, все было напрасно, пока я не написала о своей беде парапсихологу Владимиру Николаевичу Мальцеву. Находясь за сотни километров, он вернул мужа и спас его от пьянства. Лично мне Владимир Николаевич помог избавиться от ожирения. А раньше я с горечью думала: "Для чего я живу? Кому я нужна?" Прошло больше трех лет, а мне до сих пор не верится, что в нашу жизнь вновь вернулось счастье.

Ирина М., г.Орел".

Парапсихолог В.Н.Мальцев заочно снимет порчу, избавит от пьянства, ожирения, соединит семью, исправит вашу судьбу и судьбу ваших близких.

Заполните купон собственноручно печатными буквами.

Св. № 8722 СР. На правах рекламы

Да, Владимир Николаевич, мне и моим близким нужна ваша помощь.
Прошу вас выслать подробные разъяснения в мой адрес:

Ф.И.О. _____

Дата рождения _____ Вес: ☐ - нормальный; ☐ - избыточный.

Почтовый индекс: _____

Подробный адрес: _____

_____

Отправьте купон и краткое описание проблемы по адресу: 344010, г.Ростов-на-Дону, а/я 222 "Р", Мальцеву Владимиру Николаевичу. Телефон для справок 8(8632) 99-15-10.

НЕПРИСТУПЕН ДОМ ДЛЯ ЗЛА

Только эта магия превратит ваше жилище в крепость. Какая?

МОТАЙ НА УС

Такую защиту не обеспечат ни замки, ни стальные двери, ни сигнализация, ни решетки на окнах. Хотя и они не будут лишними.

Многие виды порчи исполняются путем подселения темных сил и вредоносных сущностей в жилище человека. Кроме того, даже простое посещение вашего дома недоброжелателем или завистником способно вызвать энергетическое заражение жилища и тем самым стать причиной многих неудач, конфликтов и потерь.

Чтобы всего этого избежать, необходимо создать непреодолимый барьер для чуждых влияний и вредоносных сил. Этой цели служат различные обереги и амулеты, способные защитить и нейтрализовать негативную энергию.

Защитный контур

Налейте в тарелку немного холодной воды, растворите в ней три ложки соли, отмерьте около метра белой нитки и отрежьте ее. Положите эту нитку в соленую воду и три раза ее перекрестите. Когда нитка намокнет, достаньте ее из воды и проденьте в ушко большой иглы. Свяжите концы нити тройным узлом. Затем, держа иглу в правой руке, обведите ее острием по всей длине дверного косяка. Начните делать это со стороны верхней дверной петли. Так, если петля слева, то

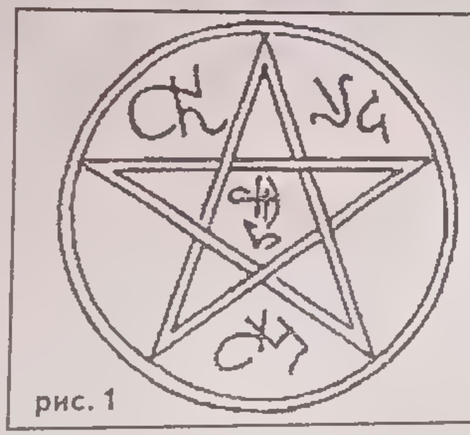


рис. 1

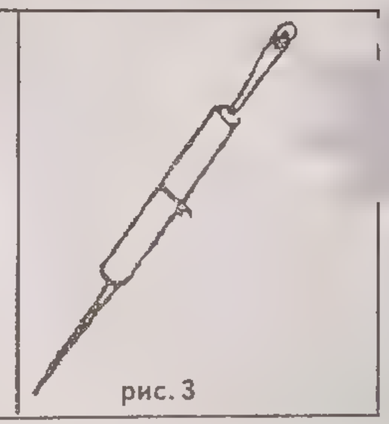
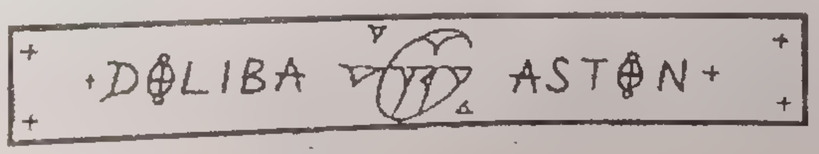
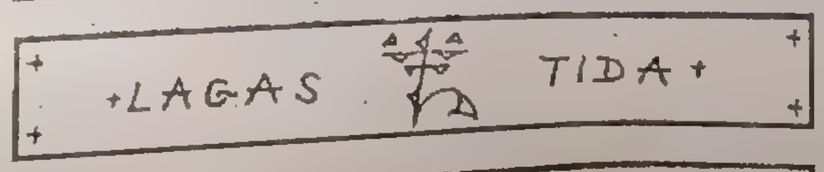


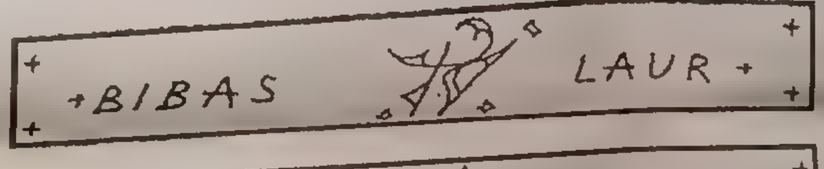
рис. 3

оберег прямо над дверью. В этом случае поместите его внутри вашего дома и обязательно поверните звездой к стене, чтобы ее не было видно. В любом случае звезда должна иметь правильную ориентацию, то есть два ее луча должны быть направлены вниз, а один луч вверх. Если звезда займет обратное, перевернутое положение, то вы обеспечите себе не защиту, а, наоборот, «приглашение» для всяких «гостей» из потустороннего мира.

чумы, соломенные дома африканцев и жителей Востока всегда были округлой формы. Кроме того, большинство древних храмов, мечетей и святилищ таких







Налейте в тарелку немного

лам дома. А если таких углов нет, то нечистой силе очень сложно «зацепиться» в помещении.

Строительством современных зданий редко когда занимаются обладатели древних оккультных знаний. Поэтому, для того чтобы создать нужный энергетический баланс в вашей квартире, вам придется взять на себя обязанности главного магического дизайнера. Чтобы избавиться от «застойных явлений» и помочь положительной энергии беспрепятственно перемещаться по вашей квартире, поставьте во всех углах дома какую-нибудь мебель либо вещи.

Лучше всего, если это будут декоративные статуэтки, торшеры и светильники. Также подойдут высокие тумбы и вазы. В иглы (остриями вниз), которые будут поглощать негативные силы и придавать положительной энергии нужное направление.

Бутылка ведуньи

В пятницу, когда Луна начнет убывать, купите 900 граммов мелких гвоздей. Сложите их в небольшую стеклянную бутылку (лучше всего использовать бутылку из темно-зеленого стекла), которую затем закупорьте сургучом или винной пробкой. Подвесьте эту бутылку в неверном углу вашего дома или в прихожей над входной дверью и произнесите:

Ни по близкому, ни по далекому,
ни по высокому, ни по низкому,
ни по глубокому, ни по бродному,
ни по узкому, ни по широкому,
ни так, ни сяк, ни этак, никак,
ни к слову, ни к делу, ни к уму,
ни мне, ни тебе, ни ему.
Всему сказанному переместиться,
скрестится, переплестись
заднему на перед, переднему в оборот.
Черной мысли в моих словах заблудиться!
Злому языку к железу прилипнуться!

узлом. Затем, держа иглу в правой руке, обведите ее острием по всей длине дверного косяка. *Начните делать это со стороны верхней дверной петли.* Так, если петля слева, то двигайтесь слева направо, вниз, справа налево и вверх к той же петле. Закончив это действие, воткните иглу в верхний угол дверного косяка над петлей.

Эта защита рассчитана примерно на один год, по прошествии которого иглу и нить следует заменить.

Охранная звезда

Изобразите на листе плотной белой бумаги заключенную в круг пятиконечную звезду. Впишите в эту фигуру все нужные знаки и символы (рис. 1). Используйте для этого черную тушь, в которую добавьте три щепотки соли.

Спрячьте такой талисман за обивку входной двери с внешней стороны. Можно повесить этот «приглашение» для всяких «гостей» из потустороннего мира.

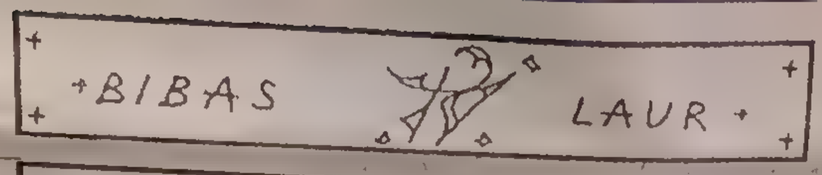


рис. 2

Налейте в тарелку немного холодной воды, растворите в ней три ложки соли.

Также очень важно, чтобы звезда была правильно и симметрично нарисована, чтобы ее лучи были равны и направлены под правильными углами. В противном случае ваша защита может оказаться малоэффективной.

Сглаживание углов

Если вы обратите внимание на жилища многих древних народов, то заметите, что они не имели углов. Юрты, вигвамы, же имеют округлые стены и своды. Все это совсем не случайно и имеет особое функциональное значение.

Дело в том, что положительная и отрицательная энергия неравномерно распределяется по всему периметру дома. Обычно любая энергия редко находится без движения и все время стремится к перемещению. Но в углах комнат наблюдается застой энергетики, что не лучшим образом влияет на наше самочувствие и взаимоотношения. Древние люди знали, что направленные на их жилища сглаз и порча прячутся по углам.

поставьте во всех углах дома какую-нибудь мебель либо вещи.

Лучше всего, если это будут декоративные статуэтки, торшеры и светильники. Также подойдут высокие тумбы и вазы. В один из углов вашей комнаты может быть поставлено зеркальное трюмо. Идеально будут смотреться угловые полки, на которых вы разместите книги и горшки с цветами. Кроме того, вы можете закрыть углы занавесками и картинами, прикрыть их экранами и ширмами.

Если вы еще до конца не решили, как расставить мебель в вашей квартире, то рассыпьте по четырем углам соль или спрячьте в каждом углу за плинтусами

как,

ни к слову, ни к делу, ни к уму, ни мне, ни тебе, ни ему.

Всему сказанному переместиться,

скреститься, переложиться, заднему на перед, переднему в оборот.

Черной мысли в моих словах заблудиться!

Злому языку к железу прилепиться!

Худому делу вовек не свершиться!

Тем самым вы получите прекрасный амулет для нейтрализации направленной на вас и на ваше жилище негативной энергии. Вместо гвоздей вы можете использовать булавки, иголки или металлические опилки.

Евгений ТЕРЕНТЬЕВ,
маг-медиум.

© «Тайная власть».

Уже в продаже газета "Щедрый стол"

У кого вкусней соленье, ароматнее варенье?
Лакомства к столу и впрок

Блинчики - русская еда под итальянским соусом
Готовим вместе с шеф-поваром

Развлекая гостей, развлекаемся сами!
Сценарий свадебного вечера

Призы для всех,
а также для обладателей "съедобных" фамилий - Борщевых, Блиновых, Земляникиных...

Спрашивайте в киосках газету "Щедрый стол"

ПОПРОБУЙ САМ

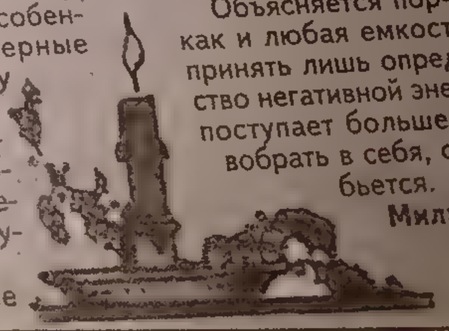
НОЧНОЙ ОБЕРЕГ

Есть испытанное средство от энергетического удара, которое рекомендуют народные целители. Вас защитит обыкновенное яйцо...

Энергетические нападения, которые в обиходе называют сглазом и порчей, чаще совершаются днем. На подсознательном уровне наш организм чувствует их и предупреждает об опасности внезапно возникающими неприятными ощущениями. В таких случаях человек может принять соответствующие защитные меры. Например, мысленно окружить себя энергетическим панцирем. А вот ночью, когда тело отдыхает, а сознание отключено, такой биоэнергетический удар оказывается особенно опасным. Не случайно черные маги нередко наводят порчу именно ночью.

Между тем есть испытанное средство, которое рекомендуется народными целителями. Это - обыкновенное куриное яйцо.

Вымойте целое свежее яйцо холодной проточной водой. Потом вытрите его чистым полотенцем или носовым платком и напишите на нем мягким карандашом свое имя. Вечером, когда ложитесь спать, положите яйцо в берестяную или картонную коробочку у изголовья рядом с подушкой. Если за ночь оно не треснет и не разобьется, пусть остается на этом месте в течение недели. Через неделю выбросьте его на помойку. Если же яйцо треснуло или разбилось до истечения недельного срока, замените его другим. Если после этого оно, пролежав неделю, осталось целым, значит, на вас больше не пытаются совершать энергетические нападения.



Объясняется порча яйца тем, что, как и любая емкость, оно способно принять лишь определенное количество негативной энергии. Когда же ее поступает больше, чем яйцо может вобрать в себя, оно трескается или бьется.

Милица МИХАЙЛОВА,
народная целительница.

ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТАЙНЫ ЧУДЕСА

ПОКА МЫ ВЕРИМ В ЧУДО, МЫ ЖИВЕМ

№2 (206)

2004 г.

ЕГО ГАЗЕТ В ОДНОЙ ПОНЕДЕЛЬНИК

НАТАША

«ЧУЖАЯ ЛУНА»

Небесная лампада давно уже заселена. Не землянами...

Стр. 8

«ИНКУБАТОР УБИЙЦ»

Почему мы так бессильны перед вирусами-убийцами?

Стр. 5

«ЧЕРНЫЕ ПУЗЫРИ ТЕРРИТОРИИ

Стр. 5

«ЧЕРНЫЕ ПУЗЫРИ – ТЕРРИТОРИЯ ДЬЯВОЛА»

Неужели на нижегородских болотах есть ходы в Преисподнюю?

Стр. 10

Стр. 4

ВИДИТ ЧЕЛОВЕК. НАСКВОЗЬ

Без УЗИ и рентгена девочка из Саранска распознает любую нашу болячку. Как?

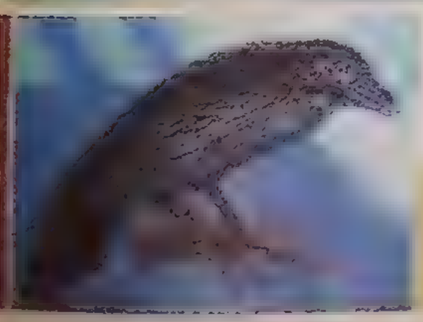
«ВАНГА: РОССИЯ СТАНЕТ ВЛАСТЕЛИНОМ МИРА»

Что еще по секрету поведала провидица своему ученику-нижегородцу?

Стр. 3

Коллаж Ирины МАЛЬЦЕВОЙ

Стр. 2



«ВОРОНА – СТРАЖ МАРИНКИНОЙ БАШНИ»

Какое заклятие наложила на спрятанные в Коломне сокровища ведьма-полячка?

ИЗ ОГНЯ ДА В ПОЛЫМЯ

ВОРОНА - СТРАЖ Маринкиной БАШНИ

Пять веков лежат в коломенской земле спрятанные Мариной Мнишек сокровища. Страшное заклятие отгоняет от них кладоискателей.

Каждый год в Коломне идет охота за «Маринкиным кладом». Маринка - это Марина Мнишек, обозначенная в Большой советской энциклопедии как «авантюристка, дочь польского магната, жена Лжедмитрия I и Лжедмитрия II».

Здесь, в Коломне, в 1614 году в заточении закончился земной путь 26-летней Марины, возмечтавшей стать русской царицей. По преданию, потерпев фиаско в мечтах о российском троне, она зарыла тут награбленные богатства. С той поры сокровища эти не дают покоя искателям кладов, и они из разных мест устремляются сюда, но всякий раз внезапно прекращают поиск и, объятые ужасом, обращаются в бегство.

Легенда знает - почему, и охранники Маринкиной башни-музея убеждены: легенда не врет. Если верить ей, то, зарыв свои сокровища, Марина наложила на этот схрон страшное заклятие. Якобы оно до сих пор отгоняет от них многочисленных кладоискателей.

...Странное чувство охватило меня, как только я переступила порог Маринкиной башни, - атмосфера неразгаданной тайны. Говорят, что ночью здесь можно услышать едва уловимый стук каблучков женских туфелек. И еще: что надолго в одиночестве оставаться тут нельзя - возникает ощущение чужого присутствия, легкого дыхания, и светящиеся глаза гордой полячки прожигают тебя насквозь...

Неужели красавица панночка, решившая стать русской царицей, и впрямь была ведьмой?

Она не казалась красивой, но было в ней нечто такое, что привораживало мужчин. Дочь польского воеводы мечтала о неограниченной власти и упорно шла к поставленной цели. Ее из-

Авантюра удалась. При поддержке части горожан, казаков и крестьян, поверивших в «чудо воскрешения царевича Дмитрия», самозванец, расправившись со всей семьей Годуновых, сел на российский престол. Это была звездная вершина в судьбе незаурядной авантюристки. Но государыней панночка пробыла недолго: бояре-заговорщики убили

Меж тем мечты о московском престоле не дают полячке покоя. И судьба дарит ей второй шанс: на Руси - новый самозванец, объявивший себя якобы вторично спасшимся от расправы сыном Ивана Грозного (вошедший в историю как Лжедмитрий II по прозвищу Тушинский вор). В 1608-1609 годах он засел под Москвой, в Тушинском лагере, откуда безуспешно пытался захватить столицу.

чий атаман красавец Иван Заруцкий, готовый разделить с ней ее честолюбивую мечту.

Вместе с Иваном и верными ему отрядами казаков Марина добралась до Коломны. Захватив и разграбив город, они закрепились в нем как правители и стали готовиться к походу на Москву.

ля - ту, что носит теперь ее имя.

...В сопровождении охранника Сергея Власова через вереницу длинных, узких, темных коридоров поднимаюсь по многочисленным ступенькам на самый верх таинственной башни, куда экскурсантов обычно не водят. От головокружительной высоты захватывает дух. Красивейший старинный город лежит внизу как на ладони. Вот так же, может, у этого самого окна много веков назад стояла Марина Мнишек.

И сердце мое вдруг замерло, и мурашки забегали по спине от прикосновения к тайне. О чем думала эта женщина в последние дни своей бурной жизни? Может, корила себя за связь с атаманом Заруцким - зачем она доверилась ему? Или вспоминала она первую и единственную свою любовь - самозванца Лжедмитрия I, которого успела полюбить за честолюбие и отвагу и с которым прожила самые счастливые свои дни. Или, может, стоя здесь, у окна, плакала молодая мать о том, что никогда уже не увидит своего сына. Он дорого заплатил за авантюру своей матушки - был повешен...

Я ищу ответа на эти вопросы, глядя на портрет польской панночки со столь необычной судьбой. Ее называют злой и жестокой, коварной и хитрой, а многие современники были даже уверены, что она - настоящая ведьма. Но ведь когда она начинала с благословения отца свой авантюрный путь, ей было всего шестнадцать, и отпущено было судьбой на все про все одно десятилетие.

Однако охранник Сергей со мной не согласен, верит, что она ведьма. Он рассказал, что много

сутствия, легкого дыхания, и светящиеся глаза гордой полячки прожигают тебя насквозь...

Она не казалась красивой, но было в ней нечто такое, что привораживало мужчин. Дочь польского воеводы мечтала о неограниченной власти и упорно шла к поставленной цели. Ее избранником стал Гришка Отрепьев, расстрига, беглый послушник монастыря, скрывавшийся в Польше и провозгласивший себя царевичем Дмитрием.

Выбросившись с башни, Марина не разбилась, а превратилась в ворону.

Ему удалось быстро сблизиться с воеводой Мнишеком - польский магнат понял, какой взлет сулит его дочери брак с самозванцем, и оказал ему всемерную поддержку в дерзком замысле. Марина сопровождала «наследника русского престола» в походе на Москву с польско-литовским отрядом.

держке части горожан, казаков и крестьян, поверивших в «чудо воскрешения царевича Дмитрия», самозванец, расправившись со всей семьей Годуновых, сел на российский престол. Это была звездная вершина в судьбе незаурядной авантюристки. Но государыней панночка пробыла недолго: бояре-заговорщики убили Лжедмитрия, и, чтобы не разделить участи мужа, она убралась подальше от Москвы.

По свидетельству современников, в день их свадьбы в 1605 году посол Власьев подарил ей драгоценный камень «Нептун» и шкатулку с сокровищами стоимостью 5 миллионов рублей. Судьба уникального камня до сих пор не известна, но, если верить легенде, он вместе с остальными сокровищами тоже хранится где-то в коломенской земле.

престоле не дают полячке покоя. И судьба дарит ей второй шанс: на Руси - новый самозванец, объявивший себя якобы вторично спасшимся от расправы сыном Ивана Грозного (вошедший в историю как Лжедмитрий II по прозвищу Тушинский вор). В 1608-1609 годах он засел под Москвой, в Тушинском лагере, откуда безуспешно пытался захватить столицу.

Марина снова поставила на карту все, включая и жизнь - свою и своего ребенка: она «признала» в самозванце своего мужа. На этот раз афера не прошла: самозванцу пришлось бежать в Калугу, где он и был убит.

А что же Марина? У нее оставался последний шанс - посадить на трон своего трехлетнего сына, рожденного от Лжедмитрия I. Но для этого ей нужен был помощник. И она, прихватив с собой сокровища, бежит на Дон, где рассчитывает найти поддержку у казаков. И тут находит третьего мужчину своей жизни - в нее влюбляется казачий атаман красавец Иван Заруцкий, готовый разделить с ней ее честолюбивую мечту.

Вместе с Иваном и верными ему отрядами казаков Марина добралась до Коломны. Захватив и разграбив город, они закрепились в нем как правители и стали готовиться к походу на Москву. Однако Земский собор в Москве избрал тем временем царем Михаила, сына патриарха Филарета - первого из рода Романовых.

Это был крах надежд Марины Мнишек: гонимая правительственными войсками, она вместе с атаманом Заруцким и казаками бежит по Каширскому тракту в Рязань, а оттуда - все дальше и дальше, пока «верные казаки» не выдали своего атамана и его «полюбовницу». Она вновь возвращается в Коломну - только уже не правительницей, а пленницей. Разлучив с сыном, ее заточают в одну из башен городского Крем-

Но ведь когда она начинала с благословения отца свой авантюрный путь, ей было всего шестнадцать, и отпущено было судьбой на все про все одно десятилетие.

Однако охранник Сергей со мной не согласен, верит, что она - ведьма. Он рассказал, что мятежный Маринкин дух до сих пор бродит по башне. Кстати, один из мифов о тайнах Маринкиной башни гласит, что, выбросившись с башни, в которую ее заточили, она не разбилась, а превратилась в ворону. Тому есть «подтверждение»: воронье почему-то кружит исключительно над Маринкиной башней, а к другим башням Коломенского кремля не подлетает. Объяснить этот странный феномен не может никто.

Ирина СМИРНОВА.

Труд

ЛЮБИМИЦЫ ФОРТУНЫ

Катя Лель: «МНЕ СНИТСЯ БУДУЩЕЕ»

Многие считают певицу Катю Лель любимицей фортуны. Еще бы: приехала из далекого Нальчика и - пожалуйста: не успели оглянуться, как стала звездой.

Наверное, дело в таланте, упорстве, обаянии. А еще - в везении: той самой капельке чуда, которая помогла сдвинуть колесо Судьбы.

- Катя, Лель - это фамилия или псевдоним?

- Псевдоним. На самом деле я - Чуприна. Но на эстраде ведь действую не я, то есть не совсем я: перед зрителем должен возникнуть некий образ - созданный мной, но воплотивший мечты тех, кто сидит в зале.

- По гороскопу ты Дева?

- Дева и Тигр. Я ответственна и пунктуальна, как все Девы, и настойчива, как Тигр. К тому же я жуткая максималистка: для меня лучше никак, чем кое-как. Но к недостаткам других отношусь терпимо.

- Артисты часто бывают суеверными. У многих есть талисманы, «счастливая» одежда, некоторые перед выходом на сцену совершают некие «ритуальные» действия...

- Я верю во внутреннюю силу человека, в его энергетику. И если на энергетическом уровне произошел какой-то сбой, никакой талисман не поможет. А перед выходом на сцену всегда читаю молитву.

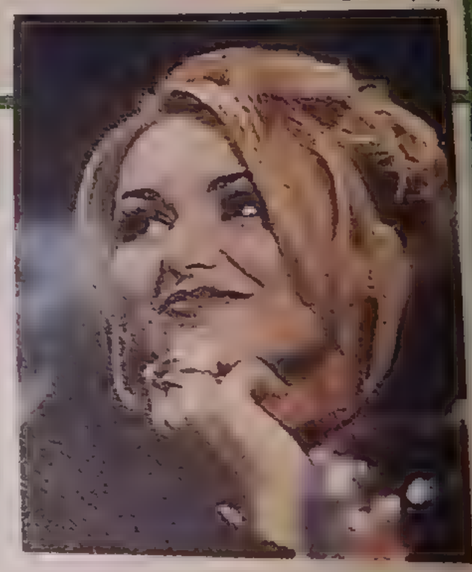
Еще верю в магию чисел. С детства мне помогает семерка. В школе я первым делом учила седьмой билет - он частенько мне выпадал на экзаменах. Почти все важные события в моей жизни происходили именно седьмого числа. К примеру, в этот день я на «отлично» сдала вступительный экзамен в Гнесинку.

- Говорят, ты обладаешь даром предвидения...

- Мне часто снятся вещие сны. Заранее знаю, что со мной произойдет через два дня, через неделю... Несколько лет назад я собиралась на гастроли в Польшу. Очень волновалась - ведь это было мое первое зарубежное турне. А за два дня до отъезда уже точно знала, как будут развиваться события: увидела во сне - и успокоилась! Видела города, которые предстояло посетить, людей, с которыми мы должны были встретиться. Мне заранее «прокрутили» все гастроли, приснился даже номер автобуса, на котором я поеду на концерт, имя сопровождающего и как он будет одет. Все совпало!

- А тебя саму это не пугает? Все же нелегко быть провидицей - ты, наверное, и плохое предвидишь?

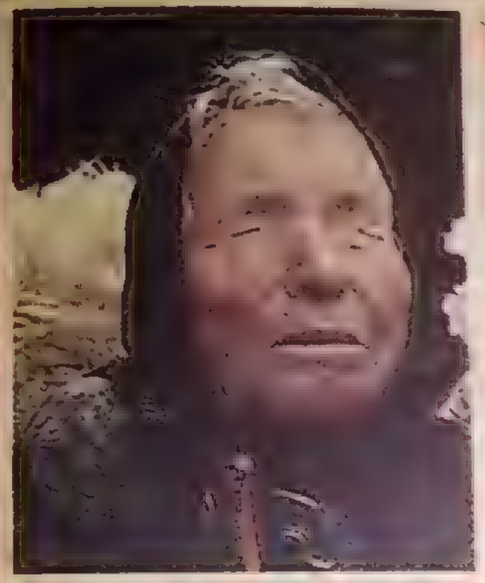
- Вещие сны посылаются человеку не для того, чтобы жизнь стала занятнее, а чтобы предупредить, подсказать, как избежать беды. Один такой сон спас мне жизнь. За несколько дней до гастролей в Ташкенте мне приснилось, будто белый «Мерседес», на котором я еду на концерт, разбился на горной дороге. Прилетаем в Узбекистан, у самолета встречает белый «мерс». Вспомнив сон, я наотрез отказалась в него садиться. Организаторы восприняли это



как каприз, симптом «звездной болезни». Мне это показалось очень обидным, я даже попыталась рассказать свой сон - конечно, никто не поверил, только посмеялись. И зря! Через некоторое время на этой машине везли какого-то чиновника: на горной дороге «Мерседес» разбился...

Рамазан РАМАЗАНОВ.

Оракул



РЯДОМ С ПРОРИЦАТЕЛЕМ

Ученик ясновидящей Василий Варламов из Нижнего Новгорода несколько лет записывал пророчества своей наставницы. После долгого молчания он согласился рассказать о них.

ВАНГА: «РОССИЯ станет ВЛАСТЕЛИНОМ МИРА»

Пять лет нижегородец В.Варламов был учеником и помощником знаменитой провидицы.

Стажировка у бабы Ванги

Василий работает в военном госпитале психологом - занимается реабилитацией ребят, вернувшихся из Чечни. Два раза в месяц принимает у себя тех, кто нуждается в нем. Среди его клиентов есть известные политики и артисты. Однако свою деятельность Варламов не афиширует. Даже соседи не знают, что рядом с ними живет ученик Ванги...

- Василий Михайлович, как вы попали к Ванге?

- Это было в 1990 году. Ассоциация народных целителей отправила меня изучать лечение травами у болгарских знахарей. А в конце курса я решил пробиться к Ванге и отдать ей подарок - икону и чашу. Подъехал к дому, а там огромная очередь... Даже увидеть Вангу, опускающую в ведро кило-ки сахара, кото-

Вдруг появился

одним из помощников провидицы и прожил в Болгарии с 1990-го по 1995 год.

- В доме Ванги я не жил, - вспоминает Василий Михайлович. - Снимал в местечке Рупета квартиру. Ванга присылала мне пациентов, чьи проблемы мог решить менее сильный экстрасенс. Кроме меня, ей помогали еще два экстрасенса, один из них из Риги. Я каждый день звонил Ванге и, если у нее выдавалось свободное время, приходил в гости.

По словам Варламова, распорядок дня у Ванги не менялся. *Провидица вставала часов в девять. Умывалась колодезной водой, завтракала овощами или овсяной кашей, пила березовый сок.* Затем принимала пациентов. После шести вечера ужинала - вареной

ет в парижском соборе Нотр-Дам. Мать сказала ей, что второй раз Ванга будет рождена во Франции. И что у этой девочки тоже будет физический недуг. А примерная дата рождения - 2005 год.

- Есть мнение, что феномен Ванги - на самом деле работа болгарских спецслужб. Что информацию про пациентов ей собирали горничные в гостиницах и т.д.

- Я не видел и не слышал ничего, что могло бы подтвердить такое мнение. Да и если бы это было так, то, значит, на совести болгарских спецслужб гибель «Курска». Помните ее предска-

ЧТО ГОД ГРЯДУЩИЙ...

КТО РАСЦВЕТЕТ? КТО ЗАГНЕТСЯ?

Что обещают миру ученые и астрологи в 2004 году?

О стране

Астролог Павел ГЛОБА: «ЗВЕЗДЫ ПРОРОЧАТ ДЕФОЛТ»

- Этот год для России будет очень тяжелым экономически. Россию может накрыть дефолт, сравнимый с 1998 годом. Он произойдет сразу после президентских выборов в 2004 году. Это будет отголосок войны в Ираке, результат нефтяных баталий. Однако на этом экономические испытания для нас надолго завершатся. Россия кризис переживет, а в 2005 году нас ожидает сильный подъем. А в США осенью 2004 года будет совершено неудачное покушение на президента Буша. Возможно, что в этом году, незадолго до выборов американского прези-

чти каждый третий!) проживают в опасной зоне, где возможны чрезвычайные ситуации. Больше всего не повезет жителям Камчатской, Омской, Иркутской, Читинской, Магаданской областей, Республики Саха, Приморского и Алтайского краев. В Центральной России техногенные катаклизмы ожидаются в Самарской, Саратовской, Ульяновской, Владимирской, Московской, Костромской, Курской областях.

О «виртуалке»

Прогноз маркетолога Британской корпорации British Telecom, известного футуролога Яна ПИРСОНА.

В 2004 году виртуальные технологии начнут проникать в наши дома. Инженеры-технологи из лаборатории Университета Колумбии разработали систему, позволяющую совмещать реальное изображение с виртуальным. Устройство весит 11,5 килограмма, снабжено очками-дисплеем, антенной и лэптопом. С его помощью, например, архитекторы получат возможность увидеть реальные здания в разрезе и в любых ракурсах. Глядя в небо, можно будет прочесть номер рейса пролетающего самолета, а подходя к ресторану, узнать, что сегодня в меню. Подобные устройства уже сейчас применяются военными. А нейрохирурги и кардиохирурги во время операций используют очки, дающие изображение, аналогичное рентгеновскому снимку.

О новых технологиях

Прогнозы директора Института будущего из Менло-парка (Калифорния) Пола САФФА

К концу 2004 года все сведения о человеке - год рождения

...Михайлович, как вы попали к Ванге?

- Это было в 1990 году. Ассоциации народных целителей отправили меня изучать лечение травами у болгарских знахарей. А в конце курса я решил пробиться к Ванге и отдать ей подарок - икону и чашу. Подъехал к дому, а там огромная очередь... Даже увидеть Вангу, опускающую в ведро кусочки сахара, которые приносили ей посетители (по словам провидицы, сахар кристаллизовал энергию человека, и, взяв его в руки, она проникала во внутренний мир «пациента»), было нереально. Но вдруг рядом появился мужчина, который выкрикивал: «Есть тут русак-экстрасенс?» Я на всякий случай сказал: «Есть!» Меня подвели к Ванге. Она спрашивает на русском: «Как почитаете миротворца?»

Вдруг появился мужчина, который выкрикивал: «Есть тут русак-экстрасенс?»

- Какого миротворца?

- Я сразу догадался, что она имеет в виду Андрея Сахарова, который был в ссылке в Горьком (ныне Нижний Новгород). Ванга оценила, что я догадался. Поговорили о Сахарове. И тут она предложила: «Хочешь остаться у меня?» У меня даже ноги подкосились! Я и мечтать не мог о такой удаче.

Так Василий Варламов стал ...сенса, один из них из Риги. Я каждый день звонил Ванге и, если у нее выдавалось свободное время, приходил в гости.

По словам Варламова, распорядок дня у Ванги не менялся. Провидица вставала часов в девять. Умывалась колодезной водой, завтракала овощами или овсяной кашей, пила березовый сок. Затем принимала пациентов. После шести вечера ужинала - вареной рыбкой, вареными яйцами и овощами. Потом общалась с близкими или перебирала сувениры, которые ей привозили со всех концов света. Больше всего Ванга любила игрушки.

«Я вернусь в 2005 году»

- Когда у Ванги случался пророческий экстаз, даже воздух вокруг был наполнен электрическими разрядами, - продолжает Василий Михайлович. - Я был свидетелем одного из последних ее предсказаний. Оно касалось самой же Ванги. Уже после смерти Ванги начали говорить, что она якобы предсказывала, что в Болгарии должна родиться девочка с ее душой. Но это не совсем так. При мне Ванга говорила, что общалась с душой своей умершей матери. И душа эта обитание: «Курск уйдет под воду, и весь мир будет его оплакивать...»?

За два года до смерти Ванга заявила Варламову, что он свою миссию при ней уже выполнил.

- Она сказала, что на моей земле во мне нуждаются, а к ней «поток скоро иссякнет». Я тогда не осмелился спросить, что она имеет в виду, но теперь понимаю, что Ванга чувствовала свою смерть.

После смерти Ванги болгарские тележурналисты снимали о ней фильм и специально приезжали в Нижний Новгород, чтобы расспросить ее ближайшего ученика Василия. Эти кадры вошли в фильм, который теперь хранится у Варламова. Сам он масштабными предсказаниями не занимается, но для нас сделал небольшой прогноз на следующий год:

- Для страны год будет сложным в основном из-за напряженных отношений со странами-соседями. Весной вероятно убийство какого-то политического лидера. На северо-западе России летом возможна крупная техногенная катастрофа со множеством жертв. Но осенью жизнь в стране начнет входить в спокойное русло. Политические конфликты завершатся победой нашей дипломатии. В экономике обойдется без потрясений - все останется на прежнем уровне.

По материалам Интернета.

ВАНГА - О БУДУЩЕМ РОССИИ И МИРА

«Все растает, словно лед, и только одно останется - слава Владимира, слава России. Слишком много принесено в жертву. Никто не сможет остановить Россию. Все сметет она со своего пути и не только сохранится, но и станет властелином мира».

«Россия похудеет и снова займет свое место».

«В России родится много новых людей, которые сумеют изменить мир».

«В космосе найдут жизнь, и станет ясно, как жизнь появилась на Земле».

«В земле раскопают большой город, благодаря чему люди узнают больше о своем прошлом».

«В 2018 году поезда будут летать на проводах от солнца. Добыча нефти прекратится, земля будет отдыхать».

На 2004 год Ванга пророчила ухудшение экологической ситуации и начало исчезновения многих видов рыб и животных, и даже насекомых - пчел.

...дента, начнется третья мировая война. В нее будут вовлечены три части света: Европа, Азия и Африка.

Руководитель Лаборатории эволюционного моделирования Академии нового мышления Вячеслав ПЛОХОВ: «МЫ РАСЦВЕТЕМ, А США ЗАГНУТСЯ»

- В начале года Россию может слегка потрясти финансовый кризис, но она легко из него выберется. И уже с сентября 2004 года нас ожидает процветание. Это связано с начавшейся в 2003 году Эрой Водолея, который покровительствует нашей стране. А США в конце мая получит сокрушительный удар, который заставит ее понять реальность войны. Кризисная ситуация в Америке будет разрешаться до 2007 года. Если у вас или ваших близких есть планы, связанные с Америкой на 2004 год, я бы рекомендовал их пересмотреть.

О ЧП

Министерство чрезвычайных ситуаций РФ: АВАРИЙ СТАНЕТ БОЛЬШЕ

По данным пресс-службы МЧС, в 2004 году резко возрастет количество аварий в коммунальных системах жизнеобеспечения (пик придется на январь) - прогнозируется около 900 катастроф (в 2003-м ожидалось 500 - 600). Виной тому - изношенные техника и оборудование. По расчетам специалистов, сейчас в России 50 миллионов человек (по-

...номер ренессанса, а подходя к ресторану, узнать, что сегодня в меню. Подобные устройства уже сейчас применяются военными. А нейрохирурги и кардиохирурги во время операций используют очки, дающие изображение, аналогичное рентгеновскому снимку.

О новых технологиях

Прогнозы директора Института будущего из Менло-парка (Калифорния) Пола САФФА

К концу 2004 года все сведения о человеке - год рождения, количество детей и пр. - стражи порядка смогут получить с расстояния 20 метров. Им помогут чипы, которые со следующего года будут имплантировать под кожу человека - пока только в США, но через пять-шесть лет «чипизация» постигнет жителей и других стран.

***

К концу будущего года запустят около 300 спутников, которые позволят подключаться к Интернету без проводов - достаточно будет антенны на крыше дома.

О здоровье

По мнению Пирсона, в этом же году станет возможна диагностика с помощью датчиков, размещенных на теле или на одежде и собирающих информацию о состоянии пациента. Одни из них измеряют частоту пульса, другие - кровяное давление, третьи - уровень холестерина и пр. Например, градусник-телесенсор размером всего в одну восьмую часть почтовой марки, который создали в университете Вирджинии (США), можно приклеить к пальцу. Все показатели посылаются с помощью радиосигналов на единый модуль, определяющий отклонения в состоянии здоровья пациента и передающий результаты на монитор врача, который может находиться за десятки километров от пациента.

www.anomalia.narod.ru.

ЛЕТАЮЩИЕ "ШПРИЦЫ"

Неисчислимые армады крохотных биороботов, невидимых глазу, но смертельно опасных, находятся в состоянии необъявленной, но ожесточенной войны с человечеством. И люди, похоже, постепенно ее проигрывают. Ежегодно миллионы страдают от злодея-гриппа. И это только «цветочки».

ИНКУБАТОР УБИЙЦ

Обычные кролики – симпатичные ушастые зверьки – чуть было не съели Австралию! Расплодившись в невероятных количествах, они уничтожали растительность не хуже полчищ саранчи, угрожая превратить континент в безжизненную пустыню. Тогда биологи нашли хитрый выход: в своих лабораториях они заразили мириады комаров «заячьей смертью» – вирусом миксоматоза. Летающие «шприцы» были выпущены на свободу и успешно сделали свое черное дело – через 10 дней практически все кролики погибли...

Это, пожалуй, один из немногих примеров, когда вирусы сослужили человеку добрую службу. В остальном же они наши исконные враги.

По своему строению вирус напоминает одноразовый шприц. Едва коснувшись живой клетки, он ввинчивает в нее «пружинку» ДНК, которая представляет собой хитроумную программу. Она изменяет работу клетки и заставляет ее убивать остальной организм, производя все новые и новые микроскопические «шприцы», начиненные смертью.

Эта напасть явилась к нам из дальнего космоса.

Современная наука не пони-

вскрывал череп зеленой макаки, привезенной из Уганды.

1976 год. Та же напасть, пожирающая внутренности человека, проявилась одновременно в Судане и Заире. Вирус получил имя Эбола – по названию реки рядом с заирским городком Ямкумбу, где в считанные дни уничтожил более 300 человек...

1987 год. Мальчик-датчанин Петер Кардинал из любопытства спустился в пещеру Китум (на границе Кении и Уганды), о которой ходили мрачные легенды. Через неделю он уже умирал в местном госпитале мучительной смер-

Почему мы так бессильны перед безжалостными вирусами?

фантастическое предположение, сделанное американцем Ричардом Престоном: «Природа Земли имеет свою собственную иммунную систему, защищающую ее от опасности. И потому не стоит удивляться, что активное загрязнение окружающей среды сопровождается появлением новых смертельных для человека вирусов. Земля просто защищает себя от агрессивного хомо сапиенса...»

Сколь бы невероятными ни казались эти гипотезы, они рождены не ради забавы, а лишь в качестве очередной попытки разгадать тайну вирусов: почему один человек погибает, едва соприкоснувшись с невидимой заразой, а другой благополучно доживает до старости, хотя его тело буквально «пропитано» вирусами? Почему вирус «черный столб», вызывающий «синдром хронической усталости», буйствует только в экологически неблаго-

торый высаживается на планету, чтобы взять пробу грунта. Этого микроскопического убийцу, как и другие вирусы, нельзя считать живым организмом в полном смысле этого слова. Он не потребляет и не усваивает пищу и по устройству, как признают ученые, больше похож на примитивный механизм, которым движет однаединственная цель – искать и убивать бактерии. Но кем, когда и для чего поставлена бактериофагу эта задача?

Все чаще встречаются случаи поражения «вирусом-мясоедом». Болезнь, очень похожая на гангрену, развивается стремительно, в течение 24 часов. Спасти больного может только немедленное удаление пораженных тканей, которые как бы «съедаются» микроскопическими организмами.

В 1997 году в Нью-Йорке от таких «пожирающих плоть» тварей погибли 5 человек. В Голландии в том же году «мясоед» убил 20 человек. В Германии зафиксировано 40 случаев поражения этим кровожадным вирусом. Врачи определили, что виной всему является давно известный стрептококк А. Но почему вдруг он занялся «людоедством» – на это специалисты ответить пока не могут.

Еще одной загадкой является на сегодняшний день «болезнь сумасшедших коров». Все началось с эпидемии среди английского скота. За короткий срок от неведомой напасти пало более 140 тысяч голов. Удалось выяснить, что погибшим животным добавляли в комбикорма бараньи мозги. Отказавшись от этой добавки, вроде бы остановили и распространение болезни. Но вскоре эпидемия вспыхнула во Франции – уже среди детей. Все случаи заканчивались смертью – ведь мозг пострадавших превращался в кашу...

Но, несмотря на все усилия ученых, выявить конкретного возбудителя болезни не удалось. Некоторые специалисты утверждают, что это нечто принци[illegible]

заставляет ее убивать остальной организм, производя все новые и новые микроскопические «шприцы», начиненные смертью...

Современная наука не понимает природы этих странных созданий. Ученые даже не смогли прийти к единому мнению: вирус - это существо или вещество? Безжалостные убийцы настолько чужды всему земному, что среди специалистов бытует устойчивая версия - эта напасть явилась к нам из дальнего космоса.

1967 год. В больницу со странными симптомами попал некий Клаус Ф. - лаборант фирмы Беринг-Берне в Марбурге (Германия). Через десять дней он скончался. Врачи, производившие вскрытие, обнаружили вместо внутренностей кровавое желе... Такое впечатление, что несчастный проглотил осколочную гранату, которая взорвалась у него внутри. Практически одновременно схожие случаи загадочных смертей были зарегистрированы в исследовательских лабораториях Франкфурта и Белграда. Выяснилось, что незадолго до гибели Клаус Ф.

явилась к нам из дальнего космоса.

щеру Китум (на границе Кении и Уганды), о которой ходили мрачные легенды. Через неделю он уже умирал в местном госпитале мучительной смертью. От ужасных внутренних кровотечений скончался и француз Шарль Моне, также посетивший эту пещеру...

Выяснилось, что обоих убил вирус Эбола. Ученые выдвинули предположение, что всему виной пещера Китум, где много миллионов лет назад жили предки людей и обезьян. В ее глубинах, судя по всему, скрывается нечто, порождающее новые смертоносные виды вирусов. Ведь по многим признакам можно утверждать, что и СПИД пришел в мир из этих мест...

Американские ученые Оргел и Крик выдвинули в свое время оригинальную гипотезу о том, что жизнь на Земле возникла не случайно, а занесена из космоса в результате некоего вселенского эксперимента - так называемой направленной панспермии.

Российский исследователь М. Дарьяненко в развитие мыслей Оргела и Крика предлагает свою версию, объясняющую заодно и природу вирусов: «Вместе с органическими зародышами на Землю были посланы и обслуживающие биороботы - вирусы. Они должны были возбуждаться в четкой последовательности и вводить в клетки живых организмов программы ДНК, обеспечивающие необходимую корректировку хода эволюции. Но что-то в течение многих миллионов лет разладилось, и вирусы из «слуг» превратились в убийц...»

Или же, возможно, вирусы-биороботы сочли, что человечество развивается не так, как предписывается им программой. И надо его уничтожить, освободив место для нового эксперимента...

А вот еще одно, не менее

человек погибает, едва соприкоснувшись с невидимой заразой, а другой благополучно доживает до старости, хотя его тело буквально «пропитано» вирусами? Почему вирус «черный столб», вызывающий «синдром хронической усталости», буйствует только в экологически неблагополучных регионах? Как появляются новые разновидности вирусов, ведь ни один ученый еще не видел процесса мутации?..

Вирус бактериофаг - согласно определению микробиологов - «хищник», уничтожающий бактерии. Но его схема больше похожа на космический модуль, ко-

вспыхнула во Франции - уже среди детей. Все случаи заканчивались смертью - ведь мозг пострадавших превращался в кашу...

Но, несмотря на все усилия ученых, выявить конкретного возбудителя болезни не удалось. Некоторые специалисты утверждают, что это нечто принципиально новое - даже не вирус, несущий в себе ДНК-убийцу, а просто «осколки ДНК», которые, попав в наш организм вместе с пищей, приводят к печальному итогу...

У человечества просто нет выхода: оно должно разгадать тайну вирусов во что бы то ни стало или будет вынуждено уступить свое место на планете невидимым убийцам.

И. ЦАРЕВА.

www.science.pravda.ru

В НЕБОСКРЕБАХ НИТЬ ПРЕДКОВ

Согласно данным нового исследования, жизнь на верхних этажах оказывает крайне негативное влияние на психическое здоровье человека. Проведенные зарубежными учеными исследования показали, что живущие на верхних этажах люди часто испытывают необъяснимое чувство беспокойства и страха, а постоянное пребывание человека на уровне 16-го этажа может спровоцировать суицидальные наклонности.

Исследования частоты колебаний высотных зданий показали, что они составляют 3-4 герца. Этот интервал соответствует биологическим колебаниям человеческих органов. А это, в свою очередь, представляет большую опасность для человека, так как при резонансе организм испытывает угнетенное состояние, необъяснимое чувство беспокойства, вплоть до состояния ужаса.

© «Аккумулятор Новостей».

ВЕРЮ!

Казалось бы, в наше сложное время голова может болеть только о том, как бы прожить и выжить. Но выясняется, что очень многих, помимо хлеба насущного, еще весьма интересуют НЛО, телепатия, экстрасенсорика и так далее.

Так, более половины немцев проявляют интерес к публикациям и телепередачам, посвященным паранормальным и загадочным явлениям. Без интереса к подобного рода информации относятся 39 процентов граждан.

В то, что приметы сбываются, верят 32 процента участников опроса. Еще 28 - верят в эффективность наведения порчи, сглаза и колдовства. Вполне реальной считают экстрасенсорику 24 процента опрошенных, а астрологическим предсказаниям доверяют 15 процентов респондентов.

С большим недоверием относятся немцы к таким явлениям, как левитация (верят всего 4 процента), полтергейст и спиритизм (5 процентов) и в деятельность инопланетян на Земле (7 процентов).

Есть вера пассивная, а есть активная. 24 процента респондентов сообщили, что им приходилось обращаться за советом к гадалке, экстрасенсу, колдуну, астрологу.

ЭКСТРА-ПРЕСС.

ДВОЙНОЕ ЗРЕНИЕ

НАТАША ДЕМКИНА ВИДИТ ЧЕЛОВЕКА НАСКВОЗЬ

Уникальный дар обнаружили мордовские медики у шестнадцатилетней жительницы Саранска Натальи Демкиной. Девочка обладает «двойным зрением».

Без рентгена и УЗИ девочка называет любые наши «болячки»...

Она способна разглядеть внутреннее строение человеческого организма без рентгена и УЗИ. Наташа не раз оспаривала диагнозы медиков и ни разу не ошиблась. Доказательство тому - серия медицинских экспериментов, проведенных в республиканской детской поликлинике № 1.

Обычный ребенок

- Моя дочь росла обычным ребенком, - говорит мама Наташи Татьяна Владимировна. - Разве что более смышленая. Разговаривать начала рано, в шесть месяцев. В год читала наизусть стихи Пушкина и Некрасова, а в три года уже самостоятельно выучила алфавит и отчаянно рулила на снегоходе «Буран». С детства была закаленной девочкой, до зимы чуть ли не голышом ходила. Бывало, после бани заверну ее только в одну простынку и до дома несу, а потом, чтобы щеколду на двери открыть, босую на снег ставлю. Но чтоб человеческие органы насквозь видеть? Не было такого!

Откуда взялся дар, до сих пор для семьи Демкиных загадка. Возможно, толчком к прозрению стала неудачная операция. Наташе удалили аппендикс. Однако, когда подходило время к выписке из больницы, девочка не могла разогнуться. УЗИ показало, что торопливые врачи забыли вынуть тампоны из полости кишечника.

Наташу снова положили на [illegible] стол и вскрыли [illegible] через месяц она по[illegible] своими открытиями. [illegible] три тебя гофрированный [illegible], как у нашего пылесоса, два [illegible], похожая на

Достаточно переключиться

Сотрудники детской поликлиники № 1 решили провести несколько экспериментов, чтобы убедиться в способностях девочки. Наташе показали пациентку с целым букетом болезней. И девочка без труда перечислила их, а УЗИ подтвердило ее слова. Врачи достаточно ревниво отнеслись к результатам экспертиз.

- Как врач, я за традиционное лечение, такое провидение без медицинских аппаратов и анализов идет вразрез в первую очередь с моей специальностью, - сказала врач-эндокринолог детской поликлиники № 1 Ирина Качан. - Но тем не менее я признаю, что девочка обладает незаурядными способностями. Пусть у нее не 100%-ная точность определения диагноза, но процент попадания высок. А погрешности происходят только из-за того, что она не специалист, у нее свое объяснение болезней. Например, я вижу у больного спазм головных сосудов, она же - блестящие шарики, которые, по ее мнению, нужно поймать и боль пройдет. Для того чтобы стать профессионалом, девочке обязательно нужны знания и медицинское образование.

На клеточном уровне Наташа может разглядеть любую патологию, скрывающуюся глубоко внутри, что не всегда по силам рентгену и УЗИ. Во время эксперимен-

что-то вроде импульсов. Второе зрение действует только в светлое время суток и засыпает на ночь.

А вот себя Наташа не может видеть изнутри: «Давно уже кашляю и некогда собой заняться.

Между тем желающих проконсультироваться с девочкой с каждым днем становится все больше. Известие о ее способностях быстро облетело всю округу. Теперь в квартире Демкиных в день разда-

неры ничего предосудительного так и не обнаружили.

За советами к Наташе очень часто обращаются сами врачи. Наташа не раз оспаривала их диагнозы: «Приходила одна посетительница на лечение с диагнозом: рак. Я посмотрела на нее и ничего подобного не увидела. Хотя сказала, что есть киста. На что она мне ответила: «Не может быть, я только что сдавала анализы». Но повторная гистология подтвердила верность Наташиного диагноза.

К девочке обращался молодой человек с тремя почками, две из которых были сросшимися. Медики настаивали на операции. Наташа же посоветовала юноше не трогать почки: «Пока они работают нормально и никакой угрозы для организма не представляют». Кроме того, Наташа помогла женщине, которой врачи советовали диагностическое вскрытие. Девочка разглядела у больной развитие рака, сказала, на каком сегменте находится болезнь.

Из-за многочисленных посетителей Наташа спит всего четыре-пять часов в день. Ведь ей надо еще учиться и выполнять домашние задания. В свободное время она читает книги, разводит цветы, ухаживает за собакой и рыбками.

- Я хочу поступить в Московскую медицинскую академию имени Сеченова. Но сумму на учебу 70 тысяч рублей в год - я не потяну, - говорит девочка, - и тут мой дар бессилен.

Наташа права. Несмотря на

подходило время к выписке из больницы, девочка не могла дождаться. УЗИ показало, что лечившие врачи забыли вынуть тампоны из полости кишечника.

Наташу снова положили на операционный стол и вскрыли швы. А уже через месяц она поразила маму своими открытиями. «Внутри тебя гофрированный шланг, как у нашего пылесоса, два боба, помидорка, похожая на бычье сердце», - сказала она. Тогда еще девочка не знала, как называются органы у человека, что такое кишечник, почки, сердце, поэтому по форме сравнивала их с известными вещами.

Мама поначалу испугалась, с чего это вдруг дочь обо всем этом заговорила, и решила показать ее врачам. Медики не в состоянии были объяснить то, что происходит с девочкой, и направили к психотерапевту. Врач сделал вывод: с Наташей все нормально. «А что ты видишь внутри меня?» - спросила психотерапевт. Наташа нарисовала «мешочек для еды» с пятнышком в том месте, где у врача была язва на желудке.

объяснение болезней. Например, я вижу у больного спазм головных сосудов, она же - блестящие шарики, которые, по ее мнению, нужно пойбы стать профессионалом, девочке обязательно нужны знания и медицинское образование.

На клеточном уровне Наташа может разглядеть любую патологию, скрывающуюся глубоко внутри, что не всегда по силам рентгену и УЗИ. Во время экспериментов в поликлинике девочка впервые столкнулась с принципом работы УЗИ. Оказалось, что она видит реакцию внутренних органов на прибор. По словам Наташи, при обследовании они сокращаются, как будто от прикосновения холодной руки к телу.

- У меня как бы два зрения. Могу переключиться в любую минуту просто так, без причины. Стоит только захотеть посмотреть на здоровье человека, - говорит Наташа. - Такое переключение для меня никакого труда не составляет, достаточно только подумать. Вижу полное строение организма, у кого что и где находится и как работает. Как определяю болезнь - объяснить сложно. От пораженных органов исходит что-то вроде импульсов. Второе зрение действует только в светлое время суток и засыпает на ночь.

А вот себя Наташа не может видеть изнутри: «Давно уже кашляю и некогда собой заняться. Забываю даже сестренку посмотреть, пока мама раз тридцать на день не напомнит».

На прием к девочке приходят сами врачи

Чтобы разобраться в особенностях человеческого организма, Наташа стала обучаться в многопрофильной академии при Мордовском государственном университете имени Огарева. Там она специализируется по лечебному делу. «Владея медицинскими терминами, я смогу поставить точный диагноз. Я должна знать и понимать, что именно я вижу. Это облегчит работу с людьми, которые приходят на консультацию».

Между тем желающих проконсультироваться с девочкой с каждым днем становится все больше. Известие о ее способностях быстро облетело всю округу. Теперь в квартире Демкиных в день раздается до двадцати телефонных звонков с мольбой о помощи.

- Даже живая очередь из посетителей появилась, - говорит Наташа. - Я отказать людям не могу и денег с них взять тоже не могу. Поэтому иногда устаю очень. А некоторые потом даже спасибо не скажут...

Двухкомнатная квартирка Демкиных не может вместить в себя всех желающих получить консультацию, поэтому многим приходится ожидать своей очереди на лестнице, что особенно не нравится соседям. Некоторые из них даже в РОВД обращались с просьбой провести проверку в странной квартире. Но милицио-

Из-за многочисленных посетителей Наташа спит всего четыре-пять часов в день. Ведь ей надо еще учиться и выполнять домашние задания. В свободное время она читает книги, разводит цветы, ухаживает за собакой и рыбками.

- Я хочу поступить в Московскую медицинскую академию имени Сеченова. Но сумму на учебу - 70 тысяч рублей в год - я не потяну, - говорит девочка, - и тут мой дар бессилен.

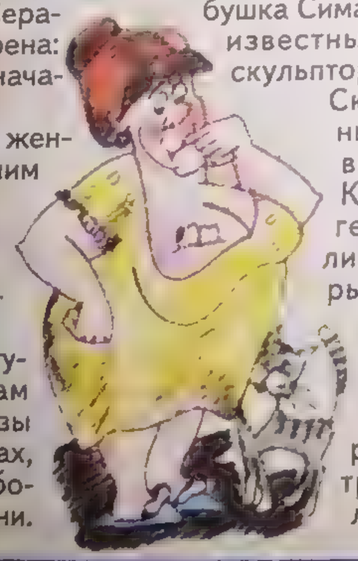
Наташа права. Несмотря на ряд проведенных экспериментов и заключений медиков, ее способности требуется подкрепить научными доказательствами и фактами. Сейчас девочка надеется, что ее заметят ученые и проведут все необходимые опыты. Она готова предоставить себя врачам в качестве «подопытного кролика». «Мне скрывать нечего, - говорит она. - Пусть убедятся, может, найдут научное объяснение моему «второму зрению». Тогда и у меня появится шанс обучаться в элитном вузе по целевой программе».

Наталья ПОЛАТ, Светлана КОЧЕТОВА.
www.izvestia.ru
Коллаж И. МАЛЬЦЕВОЙ.

БЫЛА ДОЯРКОЙ, А СТАЛА... ГЕНИЕМ!

В 1992 году жительница деревни Легково Серафима Брижан перенесла тяжелейший инфаркт. Врачи делали самые мрачные прогнозы. Но сейчас Серафима Дмитриевна уверена: именно тогда у нее и началась настоящая жизнь.

Никогда прежде эта женщина, доярка с 40-летним стажем, не занималась скульптурой. Она даже не рисовала. А вдруг потянуло: от тоски, говорит.



В грустных мыслях гуляла она по лесу, и там впервые увидела образы будущих работ в корягах, пнях и бревнах. За работой забылись все болезни.

Сначала о «странной бабушке» заговорили односельчане, потом - в области, потом - в столице... И неожиданно для себя стала бабушка Сима на 72-м году жизни известным художником-скульптором!

Сюжеты - от народных сказок до мировой классики! Дон Кихот и Санчо Панса, герои Редьяра Киплинга: Маугли и мудрый удав Каа... Есть «пушкинские мотивы»: три девицы под окном, и царь подслушивает их разговор. Есть портреты легендарных личностей.

Увлечение начинает приносить прибыль. Теперь бабушка Сима содержит безработного сына и двух внуков. А односельчане идут к ней, как на прием к психоаналитику. Но не разговаривать - смотреть.

Искусствоведы на этом свойстве брижанских игрушек выстроили целую гипотезу. Возможно, после тяжелого потрясения в пожилой крестьянке заговорила генетическая память, и руки вспомнили навыки, утраченные тысячи лет назад. Подсознательной памятью можно объяснить и неожиданную популярность этих простоватых персонажей.

«Аккумулятор Новостей»
www.anomalia.narod.ru

ЗА ДВА ДНЯ УМИРАЛ 17 РАЗ!

64-летний боснийский серб Любомир Цебич в течение двух суток после пережитой операции на сердце 17 раз оказывался в состоянии клинической смерти, но сумел выжить.

В интервью журналисту газеты Любомир сказал: «Я отдавал Богу душу, но они (врачи) всякий раз возвращали меня обратно, стоило мне подойти к вратам Святого Петра». Он рассказал, что помнит только одно - как «с этого света» слышались слова доктора: «Любомир дышит!»

Как отмечает доктор Милена Беженисич, довольно часто после тяжелых сердечных приступов или операций на сердце пациенты оказываются в состоянии клинической смерти, но, насколько ей известно, еще никогда и никому не удавалось возвращать больного к жизни 17 раз.

20 ноября Любомир Цебич был выписан из больницы и отправился домой - в городок Рогатица, где он уже стал местным героем.

©«Аккумулятор Новостей».

БРАТЬЯ НАШИ МЕНЬШИЕ

В самом начале года Обезьяны наш корреспондент побывал в специальной лаборатории, где готовили к полету к звездам наших ближайших «родственников»...

ТАКИХ И БЕРУТ В КОСМОНАВТЫ

...В комнате, куда торжественно завел меня доктор медицинских наук Вячеслав Корольков, пахло потом и овощными обрезками. За четырьмя компьютерами резались волосатые кареглазые существа. То из одного динамика, то из другого гремели взрывы. Но мы нарушили покой геймеров. Они бросили джойстики, поразевали рты, показывая мелкие острые зубки, и буйно запротестовали, явно выкрикивая всякие неприличности! Обычная реакция компьютерного наркомана?

По сути, помещение для экспериментов приматологического центра Института медико-биологических проблем мало чем отличается от обычного компьютерного клуба. Разве что джойстики здесь вертят не подростки-люди, а подростки-макаки.

- А если посадить за один компьютер обезьяну, а за другой - человека, кто выиграет? - задал я вопрос Вячеславу Ивановичу Королькову.

- Конечно, макака! - срезал ученый. - У макаки реакция быстрее.

- Но ведь ваши обезьяны за выигрыш получают глоток сока или сладкий шарик! - попытался я отстоять честь компьютерно продвинутого человечества. - Значит, вы их просто выдрессировали!

- Ничего подобного. Обезьяны у нас сыты, и калелька сладкого напитка для них не стимул. Поначалу - [illegible] или, как навес- [illegible] размером [illegible] экрана, и поощрение они получали после попадания. А сейчас

Макаки обыгрывают человека в компьютерные игры

Первую пару макак отправили на орбиту

Потому как макака в данном случае существо подопытное. Сначала ее учат играть в компьютерные игры в земном «клубе». А потом запускают на орбиту или на земле моделируют условия космического полета. И тогда снова подсовывают макаке комп. Возьмется она теперь за джойстик? Сможет так же по-снайперски мочить мишени? Так изучают реакцию и работу в невесомости, - отвечает Корольков. - Перед стартом мы делаем нашему обезьяньему экипажу специальную операцию, устанавливая под кожей миниатюрные приборы. А после возвращения на землю их извлекаем.

Невероятно, но факт - медики до сих пор до конца не знают, как работает механизм, помогающий космонавту приспособиться к жизни на орбите. Человечество ведь родилось на земле. Как же получается, что всего за

- Ваши подопечные чувствуют, что им предстоит? - спрашиваю Королькова.

- Ну откуда им знать! - скептически улыбается ученый. - Хотя... Была у нас такая история. Двух лучших обезьянок, которых мы отобрали в экипаж, вдруг перед стартом стало рвать. Ни с того ни с сего. Пришлось вместо них отправить другую пару. И, представляете, как только те стартовали, рвота у этих, оставшихся на земле, прошла. Можно подумать, что они специально ее симулировали, чтобы не отправлять-

американцы. У себя в США они такие эксперименты еще с 1969 года проводить не могли - защитники животных заставили правительство запретить издевательства над братьями нашими меньшими. Американцы же настояли провести операцию над Мультиком в день приземления. Обезьянка, ослабшая в полете, анестезию не выдержала и умерла прямо на операционном столе.

Снова поднялся шум, и НАСА программу свернуло. У нас же самих до сих пор денег на очередной полет обезьянок нет. Вот и приходится моделировать невесомость для макак в подмосковных Химках.

- Зато нами была дана четкая рекомендация врачам, занимающимся космонавтами, - оптимистично замечает Корольков. - Постараться обойтись без лекарств в первые сутки после полета.

Испытатели - прирожденные вожаки

С макаками-испытателями расстаются через пять-шесть лет, когда те выходят из подросткового возраста, матереют и начинают приставать с непристойностями к лаборанткам.

- Чего же у вас только самцы? Не иначе вы мужской шовинист. Нехорошо... - попытался я пригвоздить Королькова к позорному столбу.

- Так нельзя же работать с животными, у которых цикличная физиология. Макаке в полет, а у нее месячные, скафандр не наденешь...

- Но ведь женщины-космонавты летают?

- Летают! - согласился Корольков. И отчего-то вздохнул.

Отработавших на благо космонавтики обезьянок возвращают в питомник под Адлером. Но в стадо сразу не выпускают.

- Сначала им нужно семью создать, чтобы немножко «пообтер-

у нас сыты, и капелька сладкого напитка для них не стимул. Поначалу - да, мы их учили, как навести прицел в цель размером с половину экрана, и поощрение они получали после попадания. А сейчас им просто интересно. Как людям. Дальше они учились, и теперь прицел у них поменьше, а мишень двигается по экрану по случайной траектории. И попадают они в нее с точностью снайпера.

Первую пару макак отправили на орбиту в 1983 году.

Хвостатые космонавты

На самом деле пользы от обезьянки, гоняющей прицел по монитору, гораздо больше, чем от человека, занятого этим же делом. То полета. И тогда снова подсовывают макаке комп. Возьмется она теперь за джойстик? Сможет так же по-снайперски мочить мишени? Так изучают реакцию и работоспособность в необычных условиях.

Первую пару макак отправили на орбиту в 1983 году. Спрашивается, зачем, если к тому времени уже больше двадцати лет в космос отправлялись люди?

- А вы попробуйте космонавту вживить датчики, чтобы медики смогли узнать, какие точно изменения в организме происходят

кения на землю их извлекаем.

Невероятно, но факт - медики до сих пор до конца не знают, как работает механизм, помогающий космонавту приспособиться к жизни на орбите. Человечество ведь родилось на земле. Как же получается, что всего за 3 - 4 дня организм человека, попав в чужую, совсем незнакомую обстановку, «соображает», что делать, и начинает перестройку?

В отряд макак-испытателей отбор был не менее придирчивым, чем в отряд космонавтов. Два года подготовки - и десятка лучших отправляется на космодром. Только здесь окончательно определяется, кому предстоит стать макакой-космонавтом. И только тогда две обезьянки - экипаж - получают клички. Была у нас такая история. Двух лучших обезьянок, которых мы отобрали в экипаж, вдруг перед стартом стало рвать. Ни с того ни с сего. Пришлось вместо них отправить другую пару. И, представляете, как только те стартовали, рвота у этих, оставшихся на земле, прошла. Можно подумать, что они специально ее симулировали, чтобы не отправляться в рискованное путешествие.

Мультик не выдержал операции

Макакам давали клички по алфавиту: Абрек и Бион, Верный и Гордый, Дрема и Ероша, Жаконя и Забияка, Иваша и Крош. Последними в 1996 году слетали Лапик и Мультик. К тому времени финансирование биологических экспериментов в России совсем свернули, и деньги давали

- *Но ведь женщины-космонавты летают?*

- *Летают! - согласился Корольков. И отчего-то вздохнул.*

Отработавших на благо космонавтики обезьянок возвращают в питомник под Адлером. Но в стадо сразу не выпускают.

- Сначала им нужно семью создать, чтобы немножко «пообтерлись» в обществе. Вот когда он себе гарем заведет - все, стал «земным».

- Мне рассказывали, что ваши питомцы в стаде макак «власть держат».

- Конечно, у них ведь такая подготовка... - подхватывает ученый. - Хотя есть объяснение и проще - мы отбираем самых здоровых и крепких макак. А у обезьян все жестко - кто сильнее, у того и власть.

По материалам Интернета.

ГЛУПЦЫ ЕДЯТ ФУГУ?

Зомби - одно из самых распространенных понятий в современном культурологическом контексте. Живые мертвецы, безропотные существа, лишенные памяти и воли.

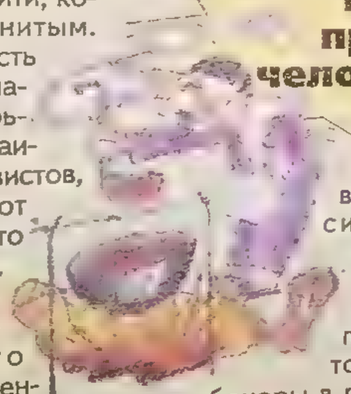
Зомби - загадочные сомнамбулы, рабы местных колдунов и визитная карточка острова Гаити, которая сделала его знаменитым. Зомби можно было бы счесть суеверием, если бы не признание проблемы в таком серьезном документе, как УК Гаити. Кстати, по мнению лингвистов, слово «зомби» происходит от конголезского «нзамби», что означает «живой мертвец».

Даже в наш просвещенный век иностранцы, посетившие Гаити, рассказывают о странных людях с безжизненными глазами, с лишенными всякого выражения лицами.

Дабы бокор (черный маг) не вызвал из могилы мертвеца, гаитяне хоронят родственников, соблюдая меры предосторожности. На могилу наваливают камень потяжелее. Мертвецов кладут лицом вниз, рот набивают землей, а губы сшивают.

Можно ли предложить рациональное объяснение феномену зомби? Наиболее полное исследование было выполнено этноботаником из Гарварда Уэйдом Дэвисом, который не только опросил

Рыбий яд превращает человека в зомби



зомби и жрецов вуду, но и взял токсикологические пробы. Удалось установить, что важнейшим компонентом яда, который используют бокоры в ритуале вуду, является тетродотоксин из рыбы-собаки, в который добавляется препарат из галлюциногенной жабы.

Необходимы и магические вещества - например, несколько капель жидкости из носа мертвеца, но это уже, видимо, для нервных зрителей. «Полученный яд блокирует передачу нервных импульсов путем запирания клеток для ионов натрия», - писал Уэйд Дэвис.

Позднее было доказано, что гаитянское зелье родственно яду, который вырабатывает японская рыба фугу. В Японии эта рыба считается самым изысканным деликатесом, хотя каждый год на него приходится несколько сот смертных случаев. В 1975 году, отведав рыбу фугу, погиб Мицугоро Бандо, актер театра кабуки, официально объявленный правительством «живым национальным достоянием».

Лицензию на право приготовления фугу получить очень сложно, искусство состоит не в том, чтобы удалить тетродотоксин из блюда, а в том, чтобы снизить его содержание до строго определенного уровня. Японцы говорят: «Те, кто ест фугу, глупы. Но те, кто не ест фугу, тоже глупы».

Сергей ЛЕСКОВ.
www.inauka.ru

КОТЫ ПЕРЕХОДЯТ НА ОБЕЗЖИРЕННЫХ МЫШЕЙ

Ученые вывели породу мышей для котов, которые заботятся о своем здоровье.

По словам ученых, мыши, в организме которых не содержится холестерин, станут замечательной закуской для котов. Как сообщает журнал Science, обезжиренные грызуны выглядят очень болезненными. Из-за генетической мутации в их организмах не вырабатывается холестерин.

Из-за отсутствия в организме холестерина мыши, созданные учеными, бесплодны и малоподвижны. «Мы были крайне удивлены тем, что мыши вообще сумели выжить без холестерина», - заявила одна из руководителей программы доктор Элена Фейнштейн.

Как отмечают ученые, холестерин так же необходим организму, как вода, белки и углеводы, поскольку клетки используют его для строительства мембран и производят из него половые гормоны, желчные кислоты и витамин D_3. Особенно нуждаются в холестерине клетки головного мозга и нервной системы.

www.science.pravda.ru

...СРАМА НЕ ИМУТ?

МЕРТВЫЕ ХВАТАЮТ ЖИВЫХ?

Заняться этим явлением ярославских уфологов подвигнула угрожающая статистика роста смертности в городе.

- Проблема резкого скачка смертности в городе заинтересовала нас с другой стороны, - поясняет ярославский уфолог Игорь Смирнов корреспонденту «Трибуны». - Мы обратили внимание на местоположение нашего любимого города. Оказывается, Ярославль находится в воронке упавшего в далекие времена метеорита. В недрах ярославской земли полно всякого рода элементов, дурно влияющих на самочувствие жителей как живущих в настоящее время, так и живших давным-давно. А если к этому добавить и то, что под ногами жителей Ярославля полным-полно древних погостов, то вырисовывается прелюбопытная картина: практически вся историческая часть города представляет собой один огромный погост.

Трудно спорить со словами уфолога: в Ярославле при строительстве новых домов рабочие частенько натыкаются на старые кости. Последний раз человеческие останки были найдены неподалеку от Казанского монастыря при закладке фундамента. Кости вынимали ведрами.

Экспертиза показала: возраст их более 200 лет. Обеспокоенных горожан успокоил судмедэксперт Ярославской медицинской академии Владимир Смирнов. Обнаруженные старые кладбища были закрыты еще при Екатерине II. Так что, с точки зрения медицины и гигиены, потревоженные захоронения не опасны.

Другое дело - энергетика старинных кладбищ. Тут и выдвигают свою версию уфологи. По их словам, если физическая масса умерших в какой-то момент начинает превышать суммарный вес живущих на данной территории людей, нарушается биоэнергетический баланс и начинают происходить разные аномальные явления, к коим они относят и рост смертности. Другими словами, умершие как бы перетягивают к себе живущих.

Многие наши беды связаны с большим количеством городских кладбищ

Но как определить, достигла ли эта масса критической отметки? Вот для этого уфологи и занялись подсчетом «мертвых душ».

Перерыв ярославские архивы, они выяснили, что практически весь современный Ярославль стоит на кладбищах. Одни из них образовывались раньше, потом закрывались, возникали другие. Выяснить местонахождение старинных кладбищ оказалось несложным. Ведь известно, что раньше они располагались в непосредственной близости к церквям. Даже у сравнительно небольших церквей количество захоронений часто превышало 1000.

Чтобы представить наглядную картину, достаточно простой цифры. К примеру, по архивным данным, на кладбище церкви Святой великомученицы Параскевы-Пятницы, что находилась в Калачной слободе (ныне практически центр города), имевшей население 500 человек, было похоронено свыше 800 человек. Кладбище было закрыто в начале XIX века, когда количество могил приблизилось к тысяче.

И это только у одной церкви. А тут начинается простая арифметика: умножаем эти цифры на количество церквей и получаем 40 тысяч могил только в центральной части города! К 1913 году площадь города составляла всего лишь 10 кв. километров. А число церквей переваливало за 60. Старинные приходские кладбища тогда были закрыты, но захоронения под землей никуда не делись. Если добавить к этому числу современные захоронения, то цифра получается внушительная.

Вот такой у Ярославля культурный слой: черепа да кости. По ним ежедневно и топают ярославцы по своим делам. «Не паникуйте, - успокаивает Игорь Смирнов, - однако население Ярославля около 600 тысяч. И пока мы к критической отметке не подошли...»

Что произойдет, когда количество живых и мертвых душ на территории города сравняется? По мнению уфологов, тогда можно ожидать каких угодно явлений - к примеру, внезапных вспышек эпидемий давно забытых человечеством болезней, таких, к примеру, как чума или проказа.

Что же делать? Переезжать, пока не поздно? Но куда? Ученые уже доказали, что все мы живем на одном большом планетарном кладбище, состоящем из останков различных организмов, тысячелетиями живших на Земле. По данным американских исследователей, масса останков всех когда-то живущих на нашей планете организмов давно превысила массу самой планеты.

Человеческие останки в энергетическом плане отличаются от элементов других ранее живших существ, находящихся в земле, считают ярославские уфологи. Разница в том, что от человека, помимо органических веществ, остается и частица его ауры, положительной либо отрицательной. Негативные последствия возникают, когда в одном месте скапливается большое количество отрицательной энергии.

Елена БАТУЕВА.
Трибуна

МЕДИУМ

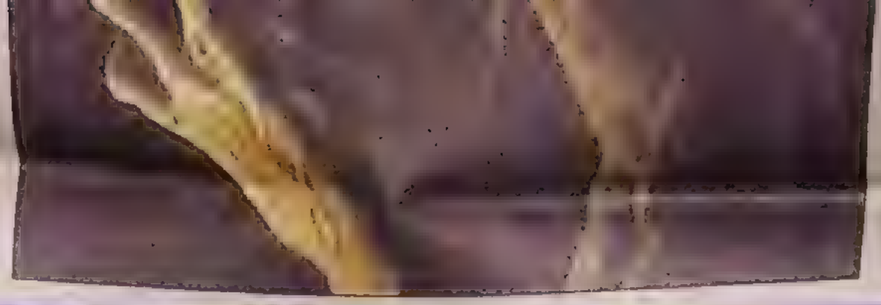
БЕТХОВЕН МУЗИЦИРУЕТ

ДЕЛЬНЫЙ СОВЕТ

что, с точки зрения медицины и гигиены, потревоженные захоронения не опасны.

Другое дело – энергетика старинных кладбищ. Тут и выдвигают свою версию уфологи. По их словам, если физическая масса умерших в какой-то момент начинает превышать суммарный вес живу-

данным, на кладбище церкви Святой великомученицы Параскевы-Пятницы, что находилась в Калачной слободе (ныне практически центр города), имевшей население 500 человек, было похоронено свыше 800 человек. Кладбище было закрыто в начале XIX века, когда количество могил приблизилось к тысяче.



Разница в том, что от человека, помимо органических веществ, остается и частица его ауры, положительной либо отрицательной. Негативные последствия возникают, когда в одном месте скапливается большое количество отрицательной энергии.

Елена БАТУЕВА.
Трибуна

МЕДИУМ

БЕТХОВЕН МУЗИЦИРУЕТ С ТОГО СВЕТА

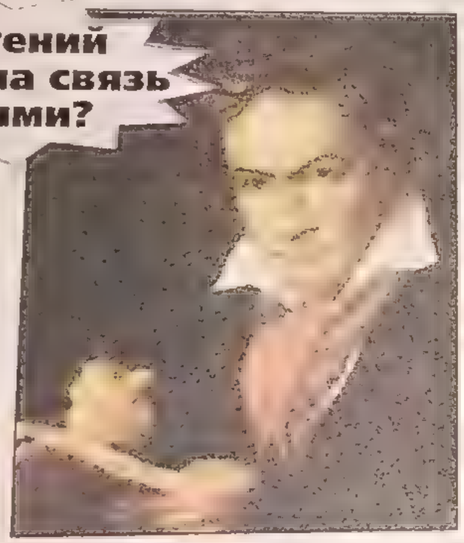
Одним из самых популярных развлечений людей, тянущихся к «непознанному», является спиритизм – общение с духами умерших.

Есть несколько способов общения с духами. Наиболее часто для этого использовалось обычное блюдечко. На лист бумаги с нарисованным кругом, по краям которого написаны буквы алфавита, ставили небольшое блюдечко, к которому легко прикасались пальцы людей, вызывающих дух Наполеона или Александра Македонского. Проходило некоторое время, и вдруг блюдечко оживало и начинало медленно скользить по бумаге, подплывая то к одной, то к другой букве. Из букв складывались слова, иногда довольно точно отвечающие на поставленный вопрос.

Значительно большие возможности для общения с миром умерших предоставляли медиумы. В них либо вселялся дух, непосредственно общающийся с собравшимися, либо умерший начинал двигать рукой медиума. Иногда духи предпочитали «диктовать» медиуму ответы на вопросы спиритов.

Единственным медиумом, записывавшим не только слова умерших композиторов, но и партитуры ненаписанных при их жизни музыкальных произведений, стала домохозяйка из Лондона Розмари Браун. Она знала «нотную грамоту», но специалисты очень низко оценивали ее музыкальные способности. Совсем по-иному они

Зачем гений выходит на связь с живыми?



относились к партитурам известных композиторов Листа, Бетховена, Брамса, Дебюсси, Шопена и Шуберта, чьи произведения стенографировала под диктовку духов мадам Браун.

Общение с умершими музыкальными гениями началось у Розмари Браун в 1964 году. Получаемые из мира умерших музыкальные произведения были не набросками, а целыми композициями, сочиненными чаще всего для фортепьяно, но иногда и для симфонического оркестра. Наблюдателей, присутствовавших при общении медиума с композиторами, поражала скорость, с которой на нотной бумаге появлялись записи очередного неизвестного произведения Листа или Бетховена. Причем, во время сеанса Розмари Браун непринужденно болтала со своими невидимыми посетителями. «Понимаю...- обращалась она к Францу Листу, - эти две черты здесь... нет. Теперь поняла. Нет, это для меня слишком быстро».

Но, несмотря на все эти паузы и разговоры с композиторами, Розмари Браун записывала партитуру значительно быстрее, чем это мог сделать опытный специалист, работающий с нотами.

А теперь послушаем мнение о полученных из мира духов произведениях умерших композиторов профессионального музыканта, пианиста Гефзибаха Менухина: «Я смотрю на эти манускрипты с величайшим почтением. Каждая пьеса, определенно, выдержана в стиле композитора». Такого же мнения придерживается британский композитор Ричард Родней Беннет: «Импровизировать умеют многие, но такую музыку невозможно подделать без многолетних упражнений. Лично я не сумел бы подделать что-нибудь под Бетховена».

Михаил БУРЛЕШИН.
©«ГЛОБУС».

ДЕЛЬНЫЙ СОВЕТ

СВИСТОК И ФОНАРИК ДЕРЖИТЕ ПРИ СЕБЕ

В нашем мире бродят призраки, и каждый из нас рискует встретиться хоть с одним из них. Так считают Джон и Мэри Грейвин, британские специалисты по данной проблеме. По их мнению, плотская жизнь человека - не конечная станция бытия.

Души умерших являются своим живым родственникам чаще всего в день своей смерти, или когда жизнь родственников в опасности. Обычно о таких явлениях сообщают жертвы несчастных случаев и смертельно больные.

Наибольшей активности духи достигают в канун больших религиозных праздников, таких как Рождество или Пасха, а менее всего - в дни национальных праздников.

На том свете душам не требуется ни еды, ни воды, но когда они бродят по Земле, то они и едят и пьют, как люди, а иногда и больше.

Больше половины приведений - дети, причем большинство из них девочки в белых платьицах, украшенных оборочками.

Духи никогда не оставляют после себя следов, но если это - дух утопленника, то он часто появляется мокрым, и с него стекает настоящая вода.

С духами, скорее всего, можно встретиться у себя в спальне, или на кладбище между 02.15-02.25 часами ночи. Но вы не увидите их в космосе, там их до сих пор никто не встречал.

Специалисты по паранормальным явлениям обнаружили, что самым верным способом прогнать приведение - громко посвистеть в детский игрушечный свисток. Если же в такой ситуации его не оказалось, то можно посветить в лицо привидению электрическим фонариком или пламенем зажигалки. Эксперты считают, что это также очень эффективное средство. Поэтому старайтесь всегда держать их при себе.

ЭКСТРА-ПРЕСС.

Тур Хейердал-ОЧЕВИДЕЦ НЛО?

«СВОИМИ ГЛАЗАМИ»

После сообщения о смерти знаменитого ученого Тура Хейердала в околоуфологических кругах вспыхнула полемика: был ли он... очевидцем НЛО?

Сам ученый не скрывал, что во время плавания на «Ра-II» в 1970 году весь экипаж его лодки видел нечто необычное. «В ту ночь нам довелось пережить сильный испуг, - написал Тур Хейердал в своей книге. - 30 июня в 0.30 Норман поднял меня на вахту, я сел в спальном мешке и начал натягивать носки, так как на мостике было сыро и холодно. Вдруг снова послышался голос Нормана, и теперь в нем звучал ужас:

- Иди сюда, скорей! Смотри!

нас, все шире захватывая небо. Луна сияла в противоположной стороне, было безоблачно, сверкали звезды.

Сперва я подумал, что это световое пятно на фоне влажного ночного воздуха от какого-нибудь мощного прожектора за горизонтом. А может, это атомный гриб, плод чудовищной оплошно-

Над горизонтом с левого борта, восходил бледный диск, похожий на

«Каламару». Странная ночь, необычная атмосфера. Мы снова услышали по радио голос «Каламара», но там не заметили наших ракет, а когда показывался световой диск, на палубе никого не было.

Утром мы узнали от барбадосского радиолюбителя, что это же явление, но на северо-востоке, наблюдали с многих островов Вест-Индии. Может быть, это взорвалась и сгорела, войдя в атмосферу, какая-нибудь ракетная ступень с мыса Кеннеди? Мы не узнали ответа. Но «уфоисты», охотящиеся за доказательствами существования летающих тарелочек, смешали этот феномен с двумя другими, которые мы наблюдали две ночи подряд несколько раньше, когда на горизонте на северо-западе появлялся оранжевый огонек.

В первую ночь это была просто короткая вспышка, а во вторую ночь мы видели каплевидное световое пятно, ко-

сказал по телевидению, что в ту ночь тоже видел «расширяющийся диск» над океаном.

Это грандиозное зрелище видели не только с борта лодки Хейердала. В справочнике Уильяма Корлисса «Молнии, полярные сияния, ночные огни и связанные с ними оптические явления» есть такая запись: «30 июня 1970 г. Наблюдение над Карибскими островами и Атлантикой из шести разных точек: на горизонте появился полукруг молочно-белого света, который быстро увеличивался в размерах. Оно совпадает с запуском космического аппарата с территории Флориды».

Ксерокопия из этого журнала была мне прислана Полом Стоунхиллом. Прочитав ее, я окончательно убедился, что Тур Хейердал и Юрий Сенкевич видели, скорее всего, очередной запуск с космодрома на мысе Канаверал. А «список объясненных наблюдений НЛО» в базе данных Ларри Хатча указывает, что это был запуск ракеты типа «Посейдон». А вот чем было «кап-

КОСМОПЛАН, ЗАМЕНЯЮЩИЙ САМОЛЕТ

«В США и России сейчас интенсивно ведутся разработки космоплана. На основе уже имеющихся в России разработок мы сможем создать космоплан за 10-15 лет», - рассказал академик Российской академии наук, научный руководитель Института прикладной механики Иван Образцов на конференции «Авиация и космонавтика».

По его словам, космоплан представляет собой самолет высшего класса с ракетными двигателями. Это машина многоразового использования, имеющая две ступени, она будет круглой формы.

Кроме того, сейчас специалисты работают над системами, которые обеспечат вертикальный старт космоплана. «Мы пришли к выводу, что вертикальный взлет космоплана гораздо эффективнее, чем самолетный», - сказал Образцов.

Согласно проектам, космоплан может функционировать как в пилотируемом, так и беспилотном режимах и развивать скорость до 30 тысяч километров в час. «Эта скорость позволит, к примеру, долететь из Москвы до Нью-Йорка за 50 минут, а из Москвы до Австралии перелет займет чуть более часа», - рассказал он.

пережить сильный испуг, - написал Тур Хейердал в своей книге. - 30 июня в 0.30 Норман поднял меня на вахту, я сел в спальном мешке и начал натягивать носки, так как на мостике было сыро и холодно. Вдруг снова послышался голос Нормана, и теперь в нем звучал ужас:

– Иди сюда, скорей! Смотри!

Я нырнул в дверь, сопровождаемый по пятам Сантьяго, вскарабкался на мостик, и через крышу каюты мы уставились в ту сторону, куда показывал Норман.

Чисто конец света. Над горизонтом с левого борта, на северо-западе восходил бледный диск, похожий на призрачную алюминиевую луну. Не отрываясь от воды, он медленно увеличивался в размерах. Правильно расширяющийся полукруг напоминал то ли очень плотную туманность, ярче Млечного пути, то ли шляпку от гриба, которая неотвратимо наступала на

Сперва я подумал, что это световое пятно на фоне влажного ночного воздуха от какого-нибудь мощного прожектора за горизонтом. А может, это атомный гриб, плод чудовищной оплошности людей? Или северное сияние? В конце концов я склонился к тому, что это светящийся дождь космических тел, вторгшихся в земную атмосферу. Тут диск, который уже занял около тридцати градусов черного небосвода, вдруг перестал расти, как-то незаметно растаял и пропал. Так мы и не поняли, что это было.

А затем мы сами устроили фейерверк - жгли красные фальшфейеры и пускали сигнальные ракеты, чтобы обозначить свою позицию

Над горизонтом с левого борта, восходил бледный диск, похожий на алюминиевую луну.

подряд несколько раньше, когда на горизонте на северо-западе появлялся оранжевый огонек.

В первую ночь это была просто короткая вспышка, а во вторую ночь мы видели каплевидное световое пятно, которое под острым углом нырнуло в море. Мы тотчас оповестили радиолюбителей на континенте, ведь это могли быть сигналы бедствия, но «СОС» никто не передавал, так что, скорее всего, это сигналили военные суда на маневрах, может быть, всплывшая подводная лодка обозначала свою позицию...»

На борту «Ра-II» был советский врач - Юрий Сенкевич, впоследствии ведущий популярной программы «Клуб кинопутешествий». Только в 1997 году он рассказал, что информация о случившемся была мне прислана Полом Стоунхиллом. Прочитав ее, я окончательно убедился, что Тур Хейердал и Юрий Сенкевич видели, скорее всего, очередной запуск с космодрома на мысе Канаверал. А «список объясненных наблюдений НЛО» в базе данных Ларри Хатча указывает, что это был запуск ракеты типа «Посейдон». А вот чем было «каплевидное световое пятно», которое пассажиры «Ра-II» видели незадолго до появления «диска», так и остается непонятным...

Российский уфологический дайджест М.Герштейна.

www.anomalia.narod.ru

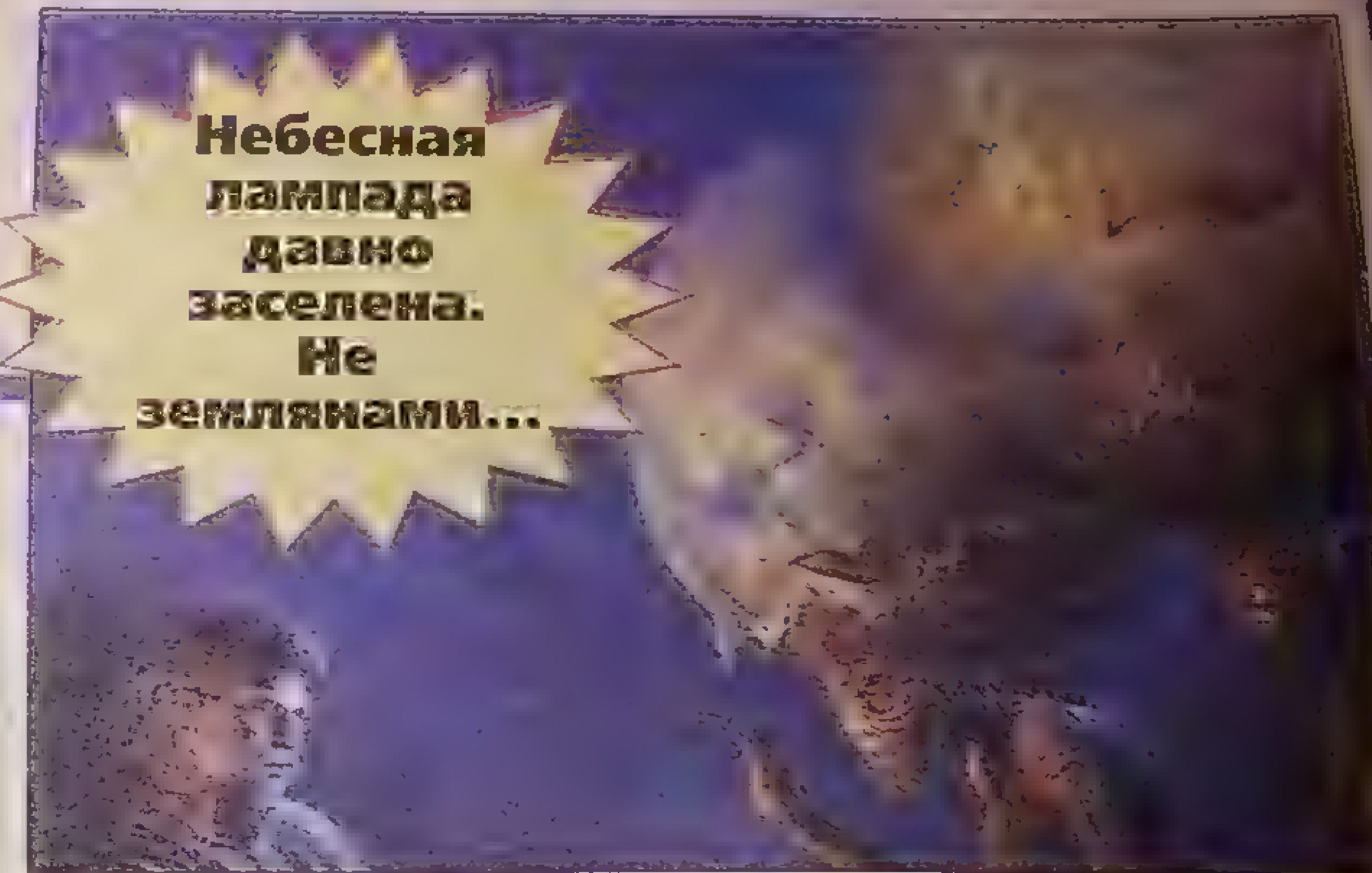
Согласно проектам, космоплан может функционировать как в пилотируемом, так и беспилотном режимах и развивать скорость до 30 тысяч километров в час. «Эта скорость позволит, к примеру, долететь из Москвы до Нью-Йорка за 50 минут, а из Москвы до Австралии перелет займет чуть более часа», - рассказал специалист.

По его словам, российские специалисты уже закончили теоретическую разработку создания машины и даже провели летное испытание модели.

www.pravda.ru

ВЪЕЗД ВОСПРЕЩЕН!

ЧУЖАЯ ЛУНА



В 1969 году сбылась мечта человечества - люди впервые вступили на поверхность Луны.

Ими оказались двое американских астронавтов Нейл Армстронг и Эдвин Олдрин, спустившихся на поверхность Луны на посадочном модуле. Третий астронавт, Майкл Коллинз, остался на «Аполлоне-11», кружившемся вокруг спутника на окололунной орбите.

По словам бывшего сотрудника НАСА Отто Биндера, разговор между ступившими на Луну астронавтами и Центром НАСА был перехвачен несколькими радиолюбителями. Фрагмент этих переговоров был напечатан во многих газетах мира:

«Вижу много небольших кратеров. Они диаметром от 6 до 15 метров... На расстоянии около полмили от нас видны следы, которые похожи на оставленные танком!..»

И следующий отрывок из доклада экипажа «Аполлон 11»: «Здесь находятся большие объекты, сэр!. Огромные! О, Боже!.. Они стоят с другой стороны кратера! Находятся на Луне и наблюдают за нами!!!»

С жителями Луны столкнулись не только американские астронавты, но и российские космонавты, хотя они ни разу не бывали на Луне. После развала Советского Союза некоторые работники закрытых «почтовых ящиков» решили, что они больше не связаны подписками о неразглашении государственной тайны, которые они давали специальным органам несуществующей более страны. И вот в одной из газет появились воспоминания Андрея П., водителя космического аппарата «Луноход-2».

«...Мы натолкнулись на нечто совершенно неожиданное. Хотя теперь я думаю, что руководители проекта всегда догадывались о том, что Луна населена. Иначе, к чему было устанавливать на «Луноход» спаренный пулемет?»

Во время проведения одного из маршрутов водители «Лунохода», их всегда было двое, наткнулись на непонятное образование. По распоряжению ученых «Трактор», так называли водители свой аппарат, изменил маршрут и подъехал почти вплотную к полусферическому белому куполу. Водители стали ждать распоряжений от руководителей проекта. И тут произошло невероятное.

«В куполе, - рассказывает Андрей П. - словно дверь растворилась, вернее, съехала в сторону. Из купола... вышло насекомообразное существо, или, может быть, это был робот. Он подошел к «Луноходу»... и на этом связь прервалась».

Попытки оживить «Трактор» велись несколько дней. На четвертые сутки был получен сигнал, но не в виде телеметрических данных или картинки. Расшифровкой его занимались безуспешно несколько служб. Наконец удалось выяснить, что написан он на земном, но практически «мертвом» языке - латыни. Текст был короткий и очень простой. По словам водителя «Лунохода»: «Мы объявлялись «персонами нон грата», Луна - суверенной территорией «Народа Неба». Любая несанкционированная высадка на поверхность Луны будет считаться актом агрессии».

И вот последняя, подводящая итог статьи информация. Во время проведения очередного симпозиума в НАСА Нейл Армстронг высказал одному из его участников свое мнение о встрече на Луне представителей другой цивилизации и перспективах дальнейшего освоения нашего спутника: «...Чужаки ясно дали нам понять, чтобы мы покинули их территорию. Разумеется, после этого ни о какой лунной станции не может быть и речи. Я не имею права вдаваться в подробности, могу лишь сказать, что их корабли намного превосходят наши как по размерам, так и по техническому совершенству...»

Михаил БУРЛЕШИН.
«ГЛОБУС».

ПОЛНЫЙ УЛЕТ

ТАЙНА ПОЕЗДА №1702

Этой истории почти 20 лет. Но она так необычна, что обсуждается в Карелии до сих пор, будто произошла недавно.

Тем более что и поныне еще здравствуют ее участники, после удивительного случая поверившие в существование НЛО. Случилось это в феврале 1985 года. Грузовой состав № 1702, состоящий из 70 порожних вагонов и двухсекционного тепловоза, следовал привычным маршрутом на Костомукшу через Петрозаводск и Суоярви. Машинист С.Орлов и его помощник В.Миронов переговаривались о том о сем, внимательно наблюдая за дорогой. Проследовали станцию Эссойла. Часы показывали 20 часов 35 минут. Шли по расписанию.

И вдруг Сергей Орлов заметил за деревьями странный предмет, напоминающий шар, который двигался параллельно с поездом. Железнодорожники стали присматриваться к объекту и гадать, что бы это могло быть.

- Смотри, - обратился машинист к напарнику, - он выпустил луч света к земле, а потом втянул его обратно...

Миронов собрался ответить, но будто потерял дар речи. Шар вдруг неожиданно ринулся наперерез составу и оказался впереди тепловоза приблизительно метров на 30-50. Сергей Орлов мгновенно отключил двигатели, что есть силы надавил на тормоза, пытаясь предотвратить столкновение со светящимся шаром. Но машина его не слушалась. Поезд продолжал двигаться. Создавалось такое впечатление, что его тянула неведомая сила.

Больше часа грузовой поезд тащил за собой неопознанный летающий объект.

С.Орлов и В.Миронов, как загипнотизированные, во все глаза испугалась, подумав, что сейчас шар врежется в здание маленькой станции.

Но у входной стрелки шар вдруг отделился от тепловоза в кабине попадали разнообразные предметы, а машинист с помощником ударились о лобовое стекло. Но как только светящийся предмет занял свое место перед составом, скорость снова выросла.

Остановились лишь у станции Застава. Шар скрылся в этом ме- случившегося подтверждается диаграммами самописцев, установленных на тепловозе, и другими официальными документами. Правда, объяснения всему, что произошло, никто дать не смог. Кстати, светящийся шар видели и на станции Кутижма, еще до случая с грузовым поездом № 1702.

Тащить за собой состав ве-

КОМПЕТЕНТНОЕ МНЕНИЕ

Мы попросили прокомментировать эту удивительную историю **доктора физико-математических наук, профессора МГУ Леонида Сперанского:**

- Гипотеза о внеземной жизни в других галактиках совсем не исключена. Все чаще появляются сообщения о том, что органическое вещество не обязательно должно строиться на основе углерода и воды, как это произошло на нашей планете. По мнению сторонников этой теории, возможна жизнь на основе силикона или других химических соединений, и эти формы могут выживать при очень высоких или очень низких температурах. Если доверять такого рода предположениям, жизнь может существовать в самых причудливых формах - в том числе в виде облаков или «светящихся шаров» органического вещества. Однако на данной стадии научных исследований мы не можем ни подтвердить, ни опровергнуть наличие внеземной жизни.

Количество сообщений об НЛО даже трудно подсчитать. В нашей стране, согласно опросу «Вестника УФО» 1999 года, около девяти процентов населения, то есть миллионы людей, утверждают, что видели «летающие тарелки», а 56 процентов говорят, что верят в их существование. Примерно такая же ситуация и в других странах, так что мы имеем дело с феноменом мирового масштаба. «Сообщения» о странном свете или объектах в небе, которые ведут себя странным образом, парят, плывут или стремительно носятся над нами

силы надавил на тормоза, пытаясь предотвратить столкновение со светящимся шаром. Но машина его не слушалась. Поезд продолжал двигаться. Создавалось такое впечатление, что его тянула неведомая сила.

С.Орлов и В.Миронов, как загипнотизированные, во все глаза глядели на таинственный объект. Как они потом рассказывали следственной бригаде УВД, был он правильной геометрической формы, диаметром приблизительно четыре метра. Перемещался беззвучно, не касаясь земли. Словно плыл.

Приближалась станция Новые Пески. Сергей Орлов включил рацию. К его радости, она работала. Сергей стал объяснять дежурной по станции Лидии Кожиной, что с ними произошло. Она ничего не могла понять. Но решила выйти и встретить поезд. Каково же было ее удивление, когда она увидела сначала какой-то вибрирующий предмет, напоминающий по форме перевернутый таз, за ним светящийся шар, а потом тепловоз, шедший со скоростью не менее 60 километров в час. Женщина

поезд тащил за собой неопознанный летающий объект.

испугалась, подумав, что сейчас шар врежется в здание маленькой станции.

Но у входной стрелки шар вдруг отделился от тепловоза и плавно обошел домик стороной. Состав же остановить так и не удалось. Он проследовал Новые Пески с набранной скоростью.

- Машинист и его помощник рассказывают только о шаре, не упоминая объект, похожий на перевернутый таз, потому что они из кабины его не видели, - говорит историк Алексей Попов, известный в республике исследователь аномальных явлений, собравший и изучивший все случаи, связанные с НЛО в Карелии. - Наблюдали только светящийся шар.

Но вернемся к тому загадочному дню. Пройдя входную стрелку, шар снова устремился к поезду. В тот момент, когда он отходил от поезда, скорость его упала, наверное, наполовину. Тепловоз так дернулся, что в кабине попадали разнообразные предметы, а машинист с помощником ударились о лобовое стекло. Но как только светящийся предмет занял свое место перед составом, скорость снова выросла.

Остановились лишь у станции Застава. Шар скрылся в этом месте за лесом. На станции пришлось ждать встречный поезд, который следовал на Петрозаводск. Машинист сразу выбрался из кабины, чтобы проверить скаты. Не успел обойти вокруг тепловоза, как увидел свет и почувствовал, будто какая-то сила придавила его к машине. Он не мог пошевельнуться. Еле-еле добрался до кабины. И поезд тронулся, словно ждал, пока он займет свое рабочее место. Так и двигались, пока шар не исчез совсем за лесом.

- Вся эта история продолжалась час 20 минут, - говорит Алексей Попов. - Шар протащил состав свыше 50 километров. За это время было сэкономлено 300 килограммов дизельного топлива. Участники странного происшествия пережили сильнейшее нервное потрясение. Достоверность случившегося подтверждается диаграммами самописцев, установленных на тепловозе, и другими официальными документами. Правда, объяснения всему, что произошло, никто дать не смог. Кстати, светящийся шар видели и на станции Кутижма, еще до случая с грузовым поездом № 1702.

Тащить за собой состав весом в 1560 тонн добрых 50 километров - занятие нелегкое. Для этого требуется громадный энергетический потенциал. К тому же, как рассказывал машинист Сергей Орлов, «поведение» шара казалось... осмысленным. Он обходил станции, входные стрелки, ушел в лес в тот момент, когда двигался встречный поезд. А еще, после того, как невероятно уставший от потрясения машинист, в сердцах «обратился» к шару, чтобы тот оставил их, наконец, в покое, неопознанный летающий объект, словно откликнувшись на просьбу, отлетел от поезда и скрылся за лесом. Больше железнодорожники его не видели.

«Поведение» шара казалось... осмысленным, он обходил станции, входные стрелки.

Вот такая невероятная история. Поверить в нее невозможно, но только до тех пор, пока не встретишься с конкретными людьми, ставшими ее участниками. Глядя им в глаза, понимаешь: ну не будут эти трудяги-железнодорожники сочинять всякие небылицы. Они уверены, что соприкоснулись в тот февральский зимний вечер с представителями внеземной цивилизации.

Светлана ЦЫГАНКОВА, Петрозаводск.

«Вестника УФО» 1999 года, около девяти процентов населения, то есть миллионы людей, утверждают, что видели «летающие тарелки», а 56 процентов говорят, что верят в их существование. Примерно такая же ситуация и в других странах, так что мы имеем дело с феноменом мирового масштаба. «Сообщения» о странном свете или объектах в небе, которые ведут себя странным образом, парят, плывут или стремительно носятся над нами по невероятным траекториям, поступают беспрестанно.

Петрозаводский феномен, на мой взгляд, относится к разряду уфологических легенд, в реальность которой поверили не только сами участники, но даже некоторые работники правоохранительных органов Петрозаводска. Что это было? Одна из наиболее правдоподобных гипотез, на мой взгляд, - шаровая молния, которая, как известно, может появляться не только во время грозы. «Светящийся шар» - один из наименее изученных феноменов современности, прояснить природу которого ученым пока не удалось. По всей видимости, эта колоссальная энергетическая субстанция, по мощности сопоставимая с крупной электростанцией, представляет собой спонтанные выбросы энергии квантового вакуума, которым заполнено все физическое пространство.

Известно, что шаровая молния способна влиять на психику и самочувствие людей, а вот предсказывать ее «поведение», а тем более управлять им, мы пока еще не умеем. Возможно, это удастся нашим потомкам... Так что загадок вокруг нас полно, и искать для этого «гуманоидов» не обязательно.

Наталия ЛЕСКОВА.
www.science.pravda.ru

Коллаж Ирины МАЛЬЦЕВОЙ.

ПИШИТЕ ПИСЬМА ГУМАНОИДАМ

ИНОПЛАНЕТЯНАМ СКОРО МОЖНО БУДЕТ НАПИСАТЬ

Доставить послание или рисунок на околоземную орбиту можно будет уже в 2004 году. В качестве космических почтальонов будут задействованы навигационные космические аппараты «Глонасс-М» производства железногорского НПО прикладной механики имени академика Решетнева.

Как сообщила РИА «Новости» руководитель пресс-службы этого известного российского производителя спутников Ольга Арефина, тексты и рисунки будут предварительно нанесены на алюминиевые пластины, из набора которых состоят так называемые груз-макеты, уравновешивающие центр тяжести спутника.

Поскольку космический аппарат, выработав положенный двенадцатилетний ресурс, может находиться на околоземной орбите еще длительное время, с письмами землян вполне могут ознакомиться инопланетяне, считают в НПО имени академика Решетнева.

Сейчас в НПО разрабатывается положение об условиях размещения информационных пластин на спутниках «Глонасс-М». После завершения работы над положением Росавиакосмос и НПО будут готовы рассмотреть предложения от организаций и частных лиц, желающих отправить свое послание инопланетным цивилизациям.

www.anomalia.narod.ru

ЧЕРНЫЕ ПУЗЫРИ - ТЕРРИТОРИЯ ДЬЯВОЛА

ЧУМА БОЛОТНАЯ

... Солнце пекло едва ли, как не в Сахаре. Где-то невдалеке лениво чиржикали куропатки, шелестел ветер, но листья даже не шевелились - они свернулись и сладко дремали. Но в следующее мгновение все изменилось.

Из заполненного черной, как нераскатанный гудрон, торфянистой жижей давным-давно выработанного карьера с шипением вырвался большой, отливающий смоляным глянцем пузырь и с бешеной скоростью устремился в небо. Как будто кто-то выстрелил им из гаубицы. И опять тишина соединилась с июльской истомой...

Матрешка в матрешке

Озеро Поколево и болото Поколевское представляют собой единый природный комплекс: озеро площадью всего в 20 гектаров, как матрешка в матрешке, находится внутри болота, которое в десяток раз его больше. Раньше на болоте велись интенсивные торфоразработки. Естественно, растительность была безжалостно уничтожена. Но постепенно она восстанавливается - природа сама себя врачует.

- Вообще у нас Поколевское не больно-то любят,- говорит житель этих мест Алексей Емельянович Савушкин.- Рассказывают, что однажды в пласте торфа нашли человеческий труп. Следствие учинили, думали, что кого-то убили и утопили. Но потом оказалось, что прокуратуре здесь делать нечего. Когда труп вскрыли и исследовали содержание желудка утонувшего, пришли к выводу, что такую пищу употребляли как минимум лет четыреста или пятьсот назад.

- Я болота этого раньше не боялся нисколько, хотя молва ходила, что здесь и скот, и люди гибнут,- вступает снова в разговор Савушкин.- Всегда здесь клюкву собирал ведрами, а тут... Сдрейфил сразу, и теперь как обрезало. Осенью впервые изменил своей традиции - болотную ягоду не заготавливал. Думаю, что эти черные пузыри - дьявольская энержин. Просто упал - и все. Как будто наступило удушье.

- До начала торфоразработок рядом с болотом существовал участок мертвого леса,- рассказывает Алексей Емельянович.- Он был как бы вывален от взрыва. Деревья попадали, образовав почти правильный круг. Конечно, возможно, что тут действительно что-то взрывали, может, новое оружие испытывали - в советское время об этом старались не распространяться.

Похоже, здесь наблюдаются и гравитационные аномалии. Савушкин приметил странную березу с винтообразным стволом. Как будто ее закрутило каким-то страшным вихрем. Но простояла она, кстати, недолго - вскоре вывернуло с корнем. Алексей Емельянович испробовал ее листья для березового веника. Попарился раз-другой - и, как говорит он, от скачков давления избавился. То есть не исключено, что в этом дереве была сокрыта мощная энергетика, окавзмыли в воздух и тотчас скрылись из виду. Геолог и почвовед Н.А.Богословский считает, что налицо выброс сернистого газа из болота, но этот газ выброшен вместе с торфом, который и придал ему форму и глянцевый черный цвет».

Но так ли все просто? В следующем месяце появилось еще одно сообщение о подобном явлении: «В Тумботинской волости Горбатовского уезда Нижегородской губернии, в лесах графа Шереметева, где торф развит в многочисленных котловинах и доходит тут до 4 и более футов толщины, произошел вытолк (так в оригинале.- С.С.) странных черных шаров из болотной утробы. Шары носились непродолжительное время с воем и свистом, напугав крестьян, занимавшихся здесь в летнее время отхожим промыслом. К счастью, никого не убило».

Что говорят торфодобытчики

Мне удалось разыскать человека, который вел разработки торфяных карьеров именно у деревни Ситники Борского района. Это Валентин Петрович Лукашевич. Он давно уже на пенсии.

- Там, где раньше было Ситниковское торфяное месторождение, в 1987 году заказник создали,- говорит он.- Границы его прошахты выплеснулась какая-то бесформенная черная масса, напоминающая кипящую смолу. Она не была неподвижной: морщилась, собиралась в складки, пузырилась. Один из таких пузырей стал раздуваться в ширину, достиг сначала величины футбольного мяча, потом стал еще больше и наконец с шипением понесся над торфодобытчиками.

- Ложись! - крикнул мастер Виноградов, который про налеты фашистских самолетов знал не понаслышке, но его команду выполнили не все. Странный ужас сковал рабочих по рукам и ногам.

- Этот предмет, похожий на огромную каплю, покружил над карьерами и скрылся за верхушками сосен,
- го-

Неожиданно из-под земли донесся глухой басовитый гул, и она ощутимо вздрогнула - словно где-то вдалеке шел тяжело груженный железнодорожный состав.

- Что это такое? - спросил мастер Виноградов.

Вместо ответа из торфяной ворит Валентин Петрович. - Наступила тишина, но не простая, а какая-то зловещая. Словно природа затаилась в ожидании какого-то страшного бедствия. И оно случилось. Вечером я увидел, как на Ситники надвигаются валы странного, светящегося в темноте синим светом тумана. А на следующий день по всей Нижегородчине заполыхали лесные пожары.

«Чертова квартира»

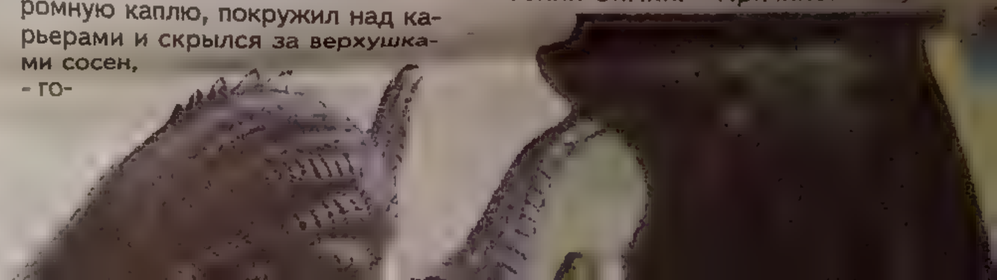
Болота наши предки не жаловали. Считалось, что когда Господь поверг чертей с небес, то летели они сорок дней и ночей и упали в болота, где и остались жить. Там теперь их квартира. Коммунальная, правда.

Так или иначе, но многие болота ученые относят к геопатогенным зонам, а каждые три из тысячи - к аномальным.

- В отличие от геопатогенных аномальные зоны имеют несколько иную энергетическую структуру, - говорит кандидат биологических наук Лидия Макарова. - Если геопатогенные зоны образовались естественным путем, то на аномальные оказывают влияние другие факторы. Именно здесь мы сталкиваемся с воздействием параллельных миров.

Можно ли объяснить феномен «черных пузырей» простыми галлюцинациями?

- Да, действительно, на болотах, особенно по утрам, атмосфера меняется, - говорит кандидат медицинских наук, психотерапевт Евгений Зимин. - Причиной тому



дила, что здесь и скот, и люди гибнут,- вступает снова в разговор Савушкин.- Всегда здесь клюкву собирал ведрами, а тут... Сдрейфил сразу, и теперь как обрезало. Осенью впервые изменил своей традиции - болотную ягоду не заготавливал. Думаю, что эти черные пузыри - дьявольская энергия, которая время от времени вырывается из Преисподней.

Про черные пузыри Савушкин слышал еще в детстве. От кого - не помнит. Считал, что это выдумка.

- Когда из торфяника вылетел первый пузырь, мне показалось, что все звуки, существовавшие в природе, в него втянулись, а эхо от его шипения выскакивало то впереди, то сзади,- рассказывает Алексей Емельянович.- Шар был величиной примерно с автомобильное колесо. Он ушел вертикально вверх и вскоре скрылся из глаз.

Удивляло и другое. Газы на болоте выделяются постоянно. Пузыри иной раз с шумом лопаются, трясину пучит, корежит. Обычное дело. Но чтобы что-то извергалось из глубины стремительней, чем артиллерийский снаряд - такого Алексей Емельянович никогда не видел.

Савушкин хотел пойти дальше, но ноги почему-то не слушались. Жаркий туман-дурман обернул его липкой пеленой. Страшно захотелось спать. Но тут раздалось шипение, и из болота вылетел еще один шар-пузырь, однако в отличие от первого не вертикально вверх, а по другой, более замысловатой траектории. Он покружил над березняком, ослепительно вспыхнул в лучах солнца и скрылся, как и первый.

Загадки гиблого места

Есть у болота Поколевского и другие странности. Во-первых, само название. Говорят, что в старину оно именовалось несколько по-иному - Околевским. Наверное, потому, что здесь часто околевал домашний скот. Даже не добравшись до гибельных мочажин, хотя молва ходила, что здесь и скот, и люди гибнут,- вступает снова в разговор Савушкин.- Всегда здесь клюкву собирал ведрами, а тут... Сдрейфил сразу, и теперь как обрезало. Осенью впервые изменил своей традиции - болотную ягоду не заготавливал. Думаю, что эти черные пузыри - дьявольская энергия, которая время от времени вырывается из Преисподней.

Про черные пузыри Савушкин слышал еще в детстве. От кого - не помнит. Считал, что это выдумка.

- Когда из торфяника вылетел первый пузырь, мне показалось, что все звуки, существовавшие в природе, в него втянулись, а эхо от его шипения выскакивало то впереди, то сзади,- рассказывает Алексей Емельянович.- Шар был величиной примерно с автомобильное колесо. Он ушел вертикально вверх и вскоре скрылся из глаз.

Удивляло и другое. Газы на болоте выделяются постоянно. Пузыри иной раз с шумом лопаются, трясину пучит, корежит. Обычное дело. Но чтобы что-то извергалось из глубины стремительней, чем артиллерийский снаряд - такого Алексей Емельянович никогда не видел.

Савушкин хотел пойти дальше, но ноги почему-то не слушались. Жаркий туман-дурман обернул его липкой пеленой. Страшно захотелось спать. Но тут раздалось шипение, и из болота вылетел еще один шар-пузырь, однако в отличие от первого не вертикально вверх, а по другой, более замысловатой траектории. Он покружил над березняком, ослепительно вспыхнул в лучах солнца и скрылся, как и первый.

Загадки гиблого места

Есть у болота Поколевского и другие странности. Во-первых, само название. Говорят, что в старину оно именовалось несколько по-иному - Околевским. Наверное, потому, что здесь часто околевал домашний скот. Даже не добравшись до гибельных мочажин, то ее закрутило каким-то страшным вихрем. Но простояла она, кстати, недолго - вскоре вывернуло с корнем. Алексей Емельянович испробовал ее листья для березового веника. Попарился раз-другой - и, как говорит он, от скачков давления избавился. То есть не исключено, что в этом дереве была сокрыта мощная энергетика, оказывающая целебное воздействие на человека.

Торфодобытчики

Мне удалось разыскать человека, который вел разработки торфяных карьеров именно у деревни Ситники Борского района. Это Валентин Петрович Лукашевич. Он давно уже на пенсии.

- Там, где раньше было Ситниковское торфяное месторождение, в 1987 году заказник создали,- говорит он.- Границы его проходят через Ситники и железнодорожные станции Киселиха и Рекшино, то есть он размещается в водоразделе Линды и Везломы. А мы здесь работали вплоть до восьмидесятых годов теперь уже прошлого века.

Насчет черных пузырей - так все это чистая правда. Сам видел. Только тогда про это молчали.

В 1972 году (шел, кстати, тоже июль, причем очень сухой и жаркий) торфоразработчики заканчивали смену.

Неужели на нижегородских болотах есть «ходы» в Преисподнюю?

А еще, по словам Савушкина, компас на Поколевском начинает вести себя странно. Правильно стороны света показывает лишь на метровой высоте, а если его опустить ниже, стрелка начинает крутиться, как ненормальная.

И, наконец, странность номер пять. В определенных местах Поколевского у людей возникает ощущение, что рядом есть еще кто-то. Как будто внимательно и напряженно наблюдают за тобой, все время находясь сзади. Кто это? Какие тайны охраняют неведомые существа?

Новые старые факты

С разгадкой этого природного феномена дело продвигалось туго. Лишь пять месяцев спустя после встречи с Алексеем Емельяновичем я наткнулся на сообщение, опубликованное в казанской газете «Волжский вестник» в июле 1890 года: «Неподалеку от села Бор Семеновского уезда Нижегородской губернии, в 72 верстах от Семенова, у деревни Ситники, охотник, промышлявший водоплавающей птицей, оказался свидетелем выхода из торфяного сфагнового болота черных шаров, каковые

гам.

- Этот предмет, похожий на огромную каплю, покружил над карьерами и скрылся за верхушками сосен,

- го-

медицинских наук, психотерапевт Евгений Зимин. - Причиной тому

болотные газы, возможно, радон. От них и слабость, и в редких случаях - галлюцинации. Но, как правило, такие галлюцинации представляют собой какие-то смутные видения, человек обычно даже не запоминает возникшие в его мозгу образы. А с «черными пузырями» - случай особый. Рассказы очевидцев, наблюдавших данное явление в разное время, совпадают практически до деталей.

- Я считаю, что в Ситниках и в Навашинском районе самые натуральные аномальные зоны, - высказывает свое мнение геолог Герман Малинин. - Аномальные зоны характерны тем, что там энергия может меняться с плюса на минус, и наоборот, причем в течение очень короткого времени. И человек, оказавшийся в этом месте в то самое время, попадает как бы в гигантский вибратор. Он на какие-то мгновения переносится в параллельный мир, с которым пересекаются аномальные зоны, где все не так.

- Но почему подобные случаи крайне редки?- спросил я Германа Матвеевича.- Ведь Ситниковский заказник - место отнюдь не самое труднодоступное. Там много отдыхающих, люди живут. Почему же «черные пузыри» видели лишь считанные единицы?

Из торфяной шахты выплеснулась черная масса, напоминающая кипящую смолу.

- По одной из гипотез,- сказал он,- правда, весьма экзотической, все болота и водные источники на Земле связаны между собой. Так же как и аномальные зоны. Некоторые из них стабильны, как, например, знаменитый Бермудский треугольник или Молебка в Пермской области, а другие кочуют, проявляя себя то в одном, то в другом месте. Но по каким-то законам открывается или закрывается шлюз в иные пространственные или времен-

ХУДЫЕ МЕСТА

Есть такая традиция: въезжая в новое жилище, люди задерживаются на пороге и пропускают вперед кошку.

Пушистый новосел медленно обходит все помещения, обнюхивает и оглядывает комнаты, пока, наконец, не устроится в каком-нибудь скромном углу. Считается, что кошка, будучи зверем чутким и осторожным, обязательно выберет самое безопасное место в доме, поэтому именно здесь следует обустраивать место для ночлега и ставить кровать.

Однако доверяют кошкам напрасно. Оказывается, очень часто они ложатся именно в местах с отрицательной энергетикой, длительное пребывание в которых угнетает человека.

Во всяком случае именно так считает президент Ассоциации инженерной биолокации Владимир Хлопков, многие годы отдавший изучению геопатогенных зон. Так что же это за «зоны» такие? В самом ли деле «общение» с ними грозит человеку раком, ревматизмом, артритом и прочими страшными заболеваниями или их влияние сильно преувеличено? А может быть, никаких «зон» и вовсе нет? Все эти вопросы мы и задали президенту ассоциации.

- Места, насыщенные отрицательной энергетикой, безусловно, существуют, - рассказал В. Хлопков. - Хотим мы этого или нет, верим в геопатогенные зоны или не верим, считаться с ними приходится как с объективной реальностью. Другое дело, что с этими «зонами» связано множество ошибочных представлений.

Поскольку отрицательное биополе действительно плохо сказывается на здоровье (правда, еще до конца неизвестно, до какой степени), от «зон» стараются избавиться. Множество экстрасенсов утверждают, что могут убирать «зоны» или, по крайней мере, нейтрализовать их влияние. Судя по рассказам и выступлениям разных лиц, для этой цели годится решительно все: свинец и солома, кварцевый песок и битый кирпич, голубая бумага (а почему именно голубая?) и спирали из проволоки. Вооружившись всем этим арсеналом, современные колдуны приходят в вашу квартиру и начинают свои манипуляции. Эффект, разумеется, нулевой.

По утверждению экстрасенсов, они располагают мысленными изображениями. «Зону» этим экстрасенсам якобы хорошо видно. Кстати, интересно, что люди с паранормальными способностями иногда «видят» объект так четко, что даже путают сам предмет с его мысленным изображением.

Так, хорошо известен случай с ясновидцем Ж. Круазе, специализировавшимся на поиске пропавших детей. Его способности часто использовала голландская полиция. Когда ясновидец как-то раз зарисовал очередное место происшествия, он изобразил берег канала, высокую башню и мост. Следователь поблагодарил экстрасенса и сказал, что место легко узнаваемо, только вот моста там нет.

НЕ ДОВЕРЯЙТЕ КОШКАМ

«Аномальные зоны» победить нельзя, но к ним можно приспособиться.

Круазе продолжал настаивать на своем. Спор разрешился неожиданным образом - выяснилось, что уже существует проект такого моста и его строительство (именно там, где «увидел» ясновидец) должно начаться в следующем году.

Сейчас часто говорят о так называемых раковых домах. Люди в таких домах регулярно умирают. Видимо, там находятся очень сильные отрицательные «зоны». Иногда мне кажется, что таким образом природа кодирует человека, выявляет наиболее сильных и, заботясь о генетическом здоровье всего рода, избавляется от слабых. Умирают ослабленные, предрасположенные к болезням люди. Они не выдерживают испытания «зоной». Именно к таким людям и липнут всякие болячки в отрицательно заряженных местах, именуемых геопатогенными зонами. Возможно, «зоны» эти - своего рода селекционное «сито», сквозь которое просеивается население Земли.

Скажете, звучит жестоко? Но что делать - для природы не существует персонально ни вас, ни меня. Нет Ивановых, Петровых, Сидоровых, а есть просто человек - здоровая или генетически предрасположенная к болезням особь.

Если эта теория верна, то нужно не убирать геопатогенные зоны, а лучше работать с людьми. Активизировать человеческий организм, чтобы он мог легче приспосабливаться ко всем отрицательным явлениям сегодняшней жизни. Человечеству никогда уже не жить в стерильно чистом мире. С этим приходится смириться.

©«Крестьянская Россия»
www.anomalia.narod.ru

«ДУП ЗЕМЛИ»

…Некоторые из них ста-новятся, как, например, знамени-тый Бермудский треугольник или Молебка в Пермской области, а другие кочуют, проявляя себя то в одном, то в другом месте. Но по каким законам открывается или закрывается шлюз в иные пространственные или временные измерения, когда и где именно, никто сегодня не знает.

Такая странная связь...

Но есть еще один аспект проблемы. Речь идет о странной связи между появлением «черных пузырей» и стихийными бедствиями. А она - самая прямая.

- Страшные лесные пожары в 1972 году и проделки «красного петуха» в селе, где живет Алексей Емельянович Савушкин, отнюдь не случайны,- считает Герман Малинин.- А случайны ли засуха и неурожай в том приснопамятном 1890 году, когда от голода вымерла едва ли не четверть крестьянского населения нескольких уездов Нижегородской губернии? Именно накануне двух засух странные «шары» видели в Ситниках и в Тумботинской волости Горбатовского уезда.

Еще Владимир Короленко, а затем и Дмитрий Мережковский вслед за библейскими пророками говорили о мистике, которая сопутствует на Руси всякому стихийному бедствию, о некоем знамении, знаке, который посылается людям в качестве предупреждения. Может быть, «черные пузыри» - это именно такое знамение? Или же прав Алексей Емельянович Савушкин, который считает «черные пузыри» проявлением дьявольских сил? Может быть, время от времени тьма Преисподней действительно вырывается из-под земли и начинает свое страшное шествие по планете, пока силы добра в очередной раз ее не одолеют?

Сергей СТЕПАНОВ.
«Приключения. Тайны. Чудеса».

ошибочных представлений.

Поскольку отрицательное биополе действительно плохо сказывается на здоровье (правда, еще до конца неизвестно, до какой степени), от «зон» стараются избавиться. Множество экстрасенсов утвер-

всем этим арсеналом, современные колдуны приходят в вашу квартиру и начинают свои манипуляции. Эффект, разумеется, нулевой.

По утверждению экстрасенсов, они располагают мысленными изображениями. «Зону» этим экстрасенсам якобы хорошо вид-

использовала голландская полиция. Когда ясновидец как-то раз зарисовал очередное место происшествия, он изобразил берег канала, высокую башню и мост. Следователь поблагодарил экстрасенса и сказал, что место легко узнаваемо, только вот моста там нет.

организм, чтобы он мог легче приспосабливаться ко всем отрицательным явлениям сегодняшней жизни. Человечеству никогда уже не жить в стерильно чистом мире. С этим приходится смириться.

©«Крестьянская Россия».
www.anomalia.narod.ru

ИСПРАВЛЕННАЯ СУДЬБА

«С содроганием я вспоминаю тот ад, в котором жила наша семья долгое время. А все началось с того, что невзлюбила меня свекровь. С момента знакомства слышала от нее только проклятья. Но молодо-зелено, не придала этому значения. Поняла все позже, когда вся семейная жизнь пошла наперекосяк. Муж пил и бил меня, чем дальше, тем больше. Сын рос злым и непослушным, с ранней юности пристрастился к алкоголю. Моя мама, пока была жива, своей добротой пыталась спасти нашу семью. Её любили и муж, и сын. После маминой смерти стало совсем плохо. Мне казалось, что я живу в диком лесу со змеями и удавами. В снах эти твари опутывали меня и жалили в самое сердце. Ой, как мне больно было! Так продолжалось больше 30 лет.

Узнала из газеты адрес парапсихолога Владимира Николаевича Мальцева и написала ему о своей беде. Ответ получила быстро и поняла, что это спасение для меня, мужа и нашего сына Сергея. Не прошло и двух недель, как Сергею явилось видение, которое повергло его в шок. Ему пригрезилась вся наша семья и вместе с нами моя покойная мама, его бабушка. Вдруг яркий неземной свет озарил комнату. В центре светового пятна появился ангел-хранитель. Одежды на нем были белые и яркая аура сияла вокруг его головы. Сергей почувствовал на себе добрый взгляд ангела и услышал его святой голос: «Пусть пороки твои покинут тебя!» На следующий день сын радостно и возбужденно рассказал об увиденном. По его лицу текли слезы счастья. «Кто нам, мама, послал этот добрый знак? - спрашивал он. Я отшутилась и ничего не сказала о своем письме к парапсихологу Владимиру Николаевичу Мальцеву.

Сергей изменился в одночасье. Его пьянки, гулянки, лень и злоба ушли прочь. Сразу устроился на хорошую работу, познакомился с серьезной девушкой. О спиртном и сигаретах даже и не вспоминает. Мужа видение посетило двумя неделями позже. Три дня после этого он ходил задумчивый. На четвертый день слезно попросил у меня прощения за все причиненные мне обиды. Таким образом, Владимир Николаевич как будто за руку вывел всех нас из этого кромешного ада. Впервые за много лет в доме поселились мир, покой и материальное благополучие.

Елена Сергеевна,
г. Рыбинск».

Парапсихолог В.Н. Мальцев заочно снимет порчу, избавит от пьянства, ожирения, соединит семьи, исправит вашу судьбу и судьбу ваших близких.

Заполните купон собственноручно ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ:

Да, Владимир Николаевич, мне и моим близким нужна ваша помощь.
Прошу вас выслать подробные разъяснения в мой адрес:

Ф.И.О. ____________________

Дата рождения ____________ Вес: ☐ - нормальный; ☐ - избыточный.

Почтовый индекс: ____________________

Подробный адрес: ____________________

На правах рекламы.

Отправьте купон и краткое описание проблемы по адресу: 344010, г.Ростов-на-Дону, а/я 222 "Р", Мальцеву Владимиру Николаевичу.

«ПУП ЗЕМЛИ»

Легенда о Бермудском треугольнике родилась 55 лет назад. В конце декабря 1948 года командир американского самолета Дакота-3 с 27 пассажирами на борту на подлете к Майами связался с землей и сказал, что начинает снижение. Диспетчер только начал сообщать данные для посадки, как связь прервалась.

Самолет не ответил на вызовы Нового Орлеана, Сан-Хуана и морской береговой охраны. Немедленно начались поиски пропавшего самолета.

Сотни судов прочесывали море, десятки самолетов просматривали сверху каждый дюйм его поверхности. Погода была идеальная: спокойная вода, мелкая в этом месте, была так прозрачна, что мало-мальски крупные предметы на дне легко просматривались сквозь нее. Но никаких следов Дакоты-3 обнаружено не было.

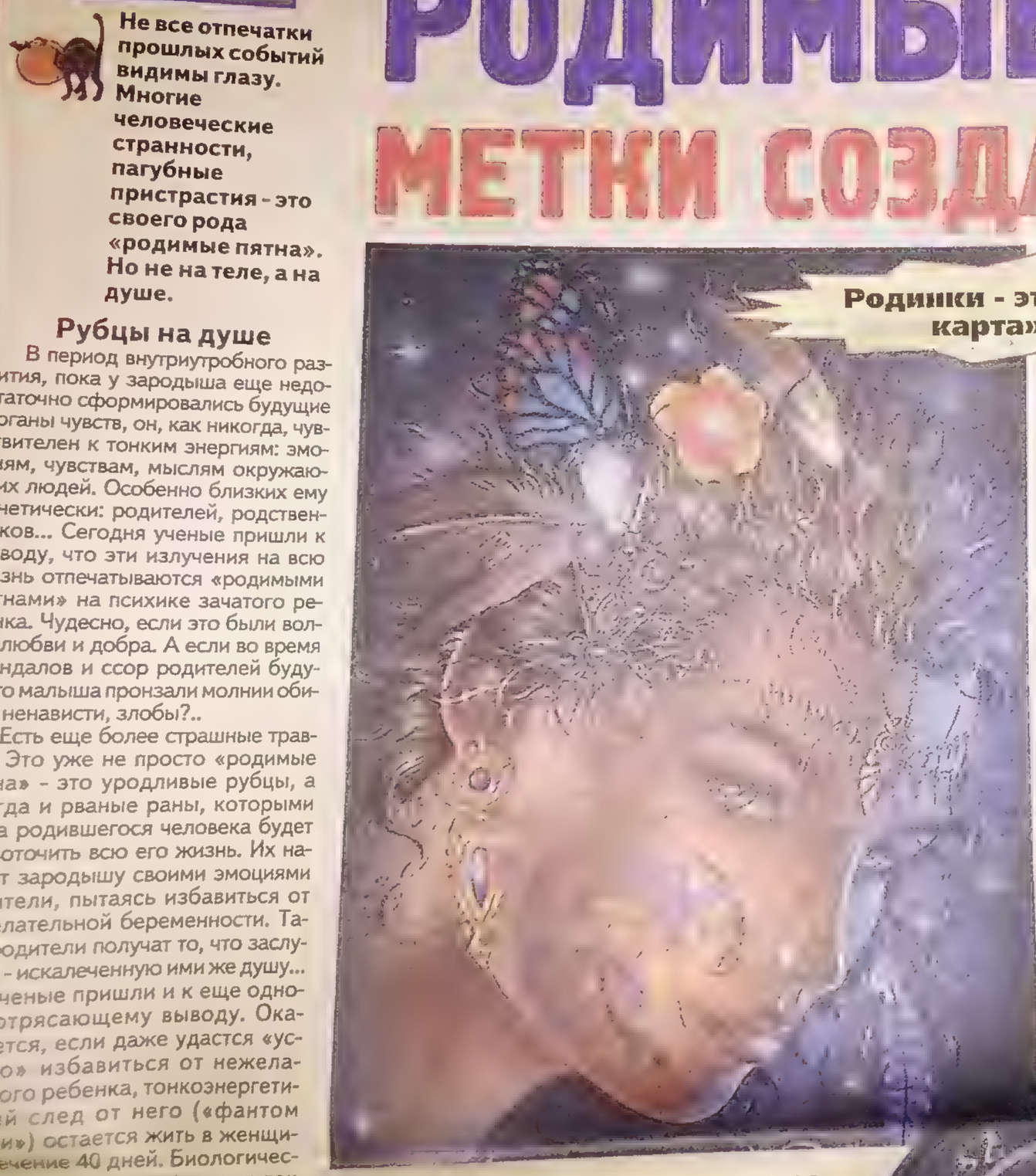
Комиссия, расследовавшая причины пропажи самолета, смогла только указать, что «в данном случае достаточная информация для определения вероятной причины катастрофы отсутствует».

Через несколько дней после пропажи «Дакоты» между Бермудами и Ямайкой в тихую ясную погоду исчез еще один самолет, и тоже совершенно бесследно. Несмотря на то что в районе между полуостровом Флорида, островом Пуэрто-Рико и Бермудскими островами уже неоднократно пропадали суда и самолеты, именно эти 2 случая положили начало слухам о таинственном Бермудском треугольнике.

ЭКСТРА-ПРЕСС.

ВЕЧНАЯ ТАЙНА

РОДИМЫЕ ПЯТНА - МЕТКИ СОЗДАТЕЛЯ



Родинки - это «звездная карта» души?

Не все отпечатки прошлых событий видимы глазу. Многие человеческие странности, пагубные пристрастия - это своего рода «родимые пятна». Но не на теле, а на душе.

Рубцы на душе

В период внутриутробного развития, пока у зародыша еще недостаточно сформировались будущие органы чувств, он, как никогда, чувствителен к тонким энергиям: эмоциям, чувствам, мыслям окружающих людей. Особенно близких ему генетически: родителей, родственников... Сегодня ученые пришли к выводу, что эти излучения на всю жизнь отпечатываются «родимыми пятнами» на психике зачатого ребенка. Чудесно, если это были волны любви и добра. А если во время скандалов и ссор родителей будущего малыша пронзали молнии обиды, ненависти, злобы?..

Есть еще более страшные травмы. Это уже не просто «родимые пятна» - это уродливые рубцы, а иногда и рваные раны, которыми душа родившегося человека будет кровоточить всю его жизнь. Их наносят зародышу своими эмоциями родители, пытаясь избавиться от нежелательной беременности. Такие родители получат то, что заслужили - искалеченную ими же душу...

Ученые пришли и к еще одному потрясающему выводу. Оказывается, если даже удастся «успешно» избавиться от нежелательного ребенка, тонкоэнергетический след от него («фантом смерти») остается жить в женщине в течение 40 дней. Биологическая активность этого фантома так велика, что он корежит генетический аппарат женщины, а потом мужчины, который будет иметь с

они - вполне загадочное явление.

Говорят, нет на земле человека, не отмеченного ими. Почему

человека можно вылечить, вводя иглы в оп-

ются на теле далеко не случайным образом, а чаще всего в биоактивных точках, на энергетических меридианах и в рефлексогенных зонах. И являются своеобразными фильтрами, регулирующими энергетический обмен человека с Космосом. Задача их - увеличивая или уменьшая поступление в организм тех или иных видов энергии, сбалансировать нарушенные физиологические и психические процессы.

Родинки - фильтры тонкой настройки организма, наши бесценные помощники. Чем больше родинок, тем «ювелирнее» идет работа по гармонизации нашего существа. И может, не зря в народе существовало поверье: «Много родинок на спине - человек счастливый»?

Стоит ли избавляться от них? Каждый решает сам. Если родимое пятно - след физической травмы из прошлой жизни, то удаление его вряд ли повредит. Другое дело, если это тот самый «фильтр», который ограждает нас от серьезных проблем. Здесь осторожность не помешает. Ведь, согласно той же гипотезе, некоторые «старые» ка-

чества, проявление которых сдерживалось родимым пятном, после его сведения могут вылезть наружу, обостриться. Раздражительный человек может стать агрессивным, у подозрительного возникнет мания преследования.

Если гипотеза о тонкоэнергетической функции родимых пятен найдет подтверждение, можно ожидать удивительных следствий. «Карта» родимых пятен может многое поведать о человеке. Вновь появившиеся пятнышки расскажут о болезнях, приобретенных или ожидаемых в этой жизни. А вот врожденные родинки и пятна поведают о наследственных особенностях или о кармическом грузе прошлых воплощений. И даже помогут предугадать судьбу...

Кто знает, может, не за горами то время, когда всего лишь по расположению и внешнему виду родимых пятен мы научимся читать «звездную карту» души?

В. ПРАВДИВЦЕВ.
www.anomalia.narod.ru

Кстати

У моего сына с рождения на лице большое родимое пятно. Одна бабка недавно мне сказала, что это «метка дьявола». И это не дает мне покоя. Может, и правда это что-то значит?..

Наталья Сергеевна Л., Ростов-на-Дону.

«Метка дьявола», «пятно ведьмы» - так в средние века называли родимые пятна в определенных местах тела. Обязательной особенностью этих «меток» является то, что они абсолютно нечувствительны к боли (например, к уколам иглой). Владельцев таких пятен нередко уничтожали, считая, что они могут принести много зла людям. Некоторые эзотерики считают такие пятна отголосками серьезных негативных наработок в прошлых воплощениях человека (

тельного ребенка, тонкоэнергетический след от него («фантом смерти») остается жить в женщине в течение 40 дней. Биологическая активность этого фантома так велика, что он корежит генетический аппарат женщины, а потом мужчины, который будет иметь с ней интимную близость. Недаром православная церковь считает, что наказание за аборт получают оба соучастника детоубийства.

Не менее страшно и другое: на всю жизнь в матке от аборта остается так называемая «волновая рана». И это уже не «родимое пятно», а незаживающая тонкоэнергетическая «язва». И если при новой беременности зародыш прикрепится к больному месту матки, то родившегося ребенка ждут тяжелые болезни и преждевременная смерть...

Чья это метка

Однако вернемся к видимым родимым пятнам. Мы все привыкли к ним, а ведь если вдуматься, они - вполне загадочное явление.

Говорят, нет на земле человека, не отмеченного ими. Почему «карта» расположения этих «созвездий» для каждого человека уникальна и не повторяется у других людей? Почему некоторые из родинок врожденные, а некоторые появляются в течение жизни? Почему к старости их становится больше? А некоторые вдруг бесследно исчезают? И еще. Почему одни родинки абсолютно плоские, а другие выпуклые, иногда как приклеенные к телу шарики? И отчего после удаления родинок многие люди быстро умирают?..

Вопросов сегодня много. Ответов мало... Но кое-какие гипотезы все же имеются. И некоторые из них весьма любопытны. Вот, к примеру, одна из них... Сегодня мало кого удивишь тем, что заболевшего человека можно вылечить, вводя иглы в определенные точки тела. Некоторые исследователи считают, что эти биологически активные точки являются своеобразными антеннами, с помощью которых организм обменивается энергией с Космосом.

Так вот, по одной из версий, родинки располагают согласно той же гипотезе, некоторые «старые» карты

Родинка на правой брови или веке - ранний брак.

ностью этих «меток» является то, что они абсолютно нечувствительны к боли (например, к уколам иглой). Владельцев таких пятен нередко уничтожали, считая, что они могут принести много зла людям. Некоторые эзотерики считают такие пятна отголосками серьезных негативных наработок в прошлых воплощениях человека (кровавые культы, садистские извращения, занятия черной магией и т.п.), которые призваны хотя бы частично компенсировать эти отрицательные качества.

Впрочем, как говорят, «метки дьявола» встречаются чрезвычайно редко. Так что особо беспокоиться по этому поводу не стоит. И если даже нечувствительное к боли родимое пятно на теле обнаружится, это тоже не повод для паники: не исключено, что оно помогает избежать очень серьезных проблем. Просто не трогайте его...

УЗНАЙ СУДЬБУ

ГОРОСКОП НА ВАШЕМ ТЕЛЕ

Ученые считают, чти родинки - это наследственные дефекты кожи, которые могут проявляться даже в зрелом возрасте. Они безопасны для здоровья человека.

Тем не менее с давних времен люди придавали расположению родинок на теле символическое значение. В XV веке иметь их на теле было опасно, т. к. церковь объявила родинки знаком дьявола. В родимые пятна несчастных втыкали иглы. Если кровь не текла, человек мог закончить свои дни на костре. Сегодняшний мир к родинкам относится спокойно. Мало того: оказывается, по ним можно узнать судьбу, для этого существуют специальные гороскопы.

Женский гороскоп

Родинка в углу глаза - верный признак спокойного и уравновешенного характера.

Родинка на правой брови или веке - ранний брак.

На правой щеке - частые и бурные любовные романы.

Если родинка на носу - успех всем вашим начинаниям обеспечен.

На губах - знак веселого нрава. Вы чувствительны, любите роскошь, но избегаете ответственности. Над верхней губой - женственность, под нижней -сдержанность в любви.

Родинка на правой груди - ваша жизнь полна взлетов и падений.

На левой груди - свидетельство широкой натуры, доброты и легкомыслия.

Родинка на бедрах предвещает многочисленное потомство: чем их больше, тем больше у вас будет детей.

На правом предплечье - знак успеха, **левом** - денежные неудачи.

На кисти руки, особенно в верхней части - обладание талантом.

Темные родинки на пальцах предсказывают стремительную карьеру и большое богатство.

На щиколотке - вы независимы, трудолюбивы, полны энергии. В жизни вас ничего не остановит.

Мужской гороскоп

Родинка на ухе свидетельствует о беззаботном нраве.

На правой половине лба - ум, слава и счастье.

На затылке обещает трудную жизнь. В преодолении трудностей вам помогут только друзья.

Родинка под подбородком - вас ждет блестящая карьера, но не сидите сложа руки.

Под нижней губой - вас оценит общество.

На подбородке - знак слабого здоровья и неудачной жизни - если с левой стороны.

Если плечи покрыты родинками, ваша жизнь будет полна несчастий.

На правой стороне паха - вы нерешительный и нетактичный

С левой стороны - то же самое, но тут вас может спасти от неприятностей чувство юмора, если вы им обладаете.

Вы можете проверить положения гороскопа на себе и своих близких.

Преднамеренно пытаться изводить родинки не рекомендуется. Их следует оберегать от повреждений и длительного воздействия солнца.

Признаки перерождения родинок:

- изменение цвета, усиление пигментации;

- неравномерная окраска, в некоторых случаях уменьшение пигментации;

- нарушение или полное отсутствие рисунка кожи в области родинки, шелушение;

- появление красноты в виде венчика вокруг родинки;

- увеличение в размерах и уплотнение;

- появление трещин, изъязвлений и кровоточивости.

Предупредить всякие новообразования в организме поможет древняя водоросль спирулина!

МОТАЙ НА УС

КАК УДАЧНО СДАТЬ ЭКЗАМЕНЫ?

«А экзамен не сдал, и стипендии как не бывало», - пели студенты 80-х.

Времена изменились, обучение в основном стало платным, и вопрос о стипендии не стоит так остро, как во времена застоя, так как сейчас прожить на нее месяц все равно невозможно. Но главный вопрос остался: как благополучно сдать экзамены? Причем это волнует не только студентов, в основном перехватывает дыхание у выпускников - будущих абитуриентов, т.к. им предстоит поистине горячая пора, которую необходимо успешно преодолеть, рассчитывая при этом только на свои силы. Удачно пройдя испытания, вы показываете свои возможности, доказываете конкурентоспособность.

Для успеха в сдаче экзаменов необходимо соблюдать некоторые правила. Если у вас есть талисман, обязательно возьмите его с собой. Не надевайте новую одежду, лучше всего, чтобы она была уже ношеная, светлых тонов, и, надевая ее ранее, вы уже положительно решили какое-либо дело. Не следует перед экзаменами стричь волосы, ногти.

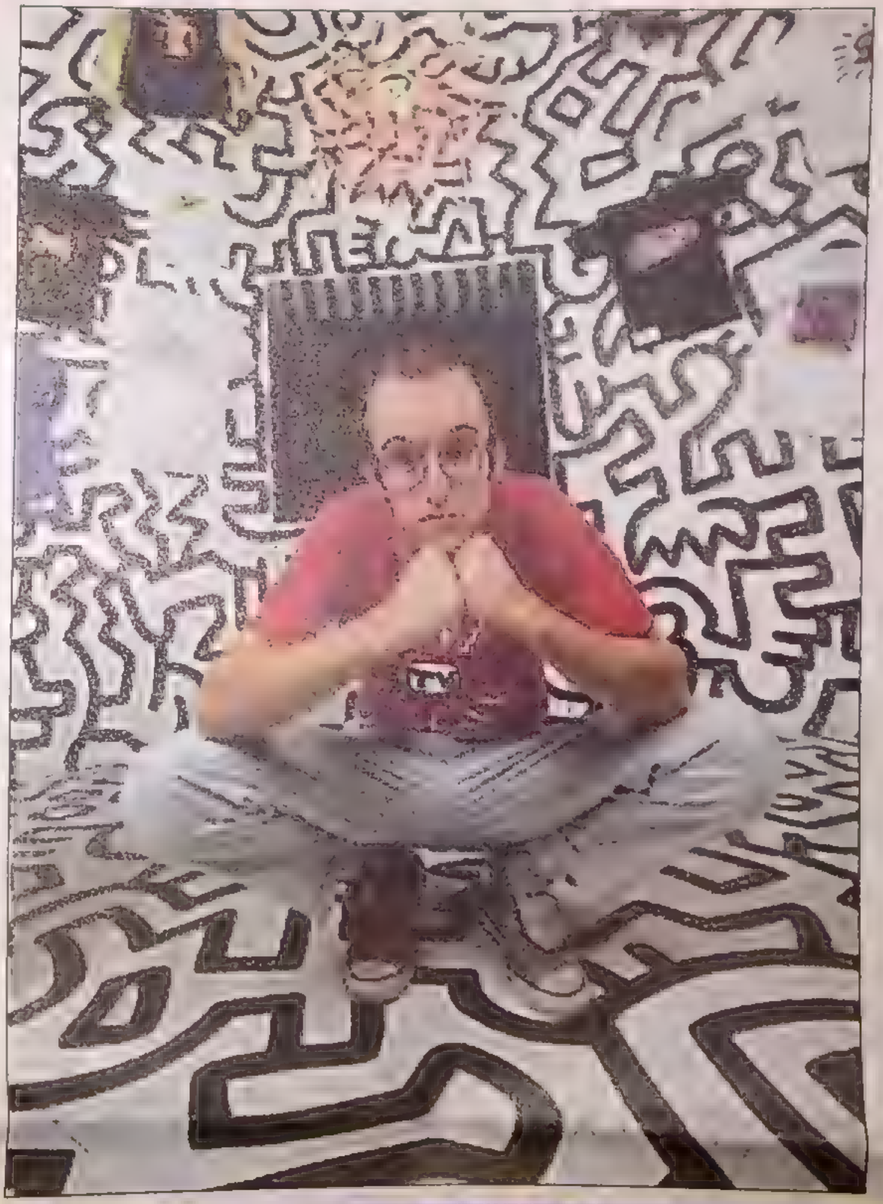
Не следует перед экзаменами стричь волосы, ногти.

Хорошо иметь с собой икону св.Татияны, покровительницы студентов. Во время подготовки поставьте ее рядом на видное место, а взяв на экзамен, спрячьте, чтобы никто не видел. За 3-5 дней перед экзаменами пойдите в церковь, помолитесь перед иконой Николая Чудотворца, св. вл-муч. Татияны, попросив их оказать вам помощь и поддержку.

Во время сдачи экзаменов очень важна вера в свои силы. Никаких сомнений, твердая уверенность в благополучном исходе. Не следует слушать окружающих, жалующихся на плохую подготовку или неудачный ответ. Ведь не секрет, что некоторые, специально сбрасывая свою негативную информацию и вызывая сочувствие, разрушают вашу внешнюю энергию. А вы, переживая их неудачи, идете на экзамен с рассеянным вниманием, не можете собраться с мыслями, теряетесь, и в итоге или сдаете крайне неудачно, или не сдаете его совсем. Поэтому избегайте слушать жалобы окружающих и реагировать на них.

Ни в коем случае нельзя воровать книги, конспекты у товарищей, так как это может навлечь на вас большие неприятности, исправить которые в ближайшее время будет совершенно невозможно.

Идите на экзамен с хорошим настроением, а естественное волнение вас только мобилизует. Обязательно выспитесь, так как даже если вы чего-то не знаете, то хорошо работающее логическое мышление поможет вам. Если же будете не отдохнувшим, то не сможете ответить даже на простейшие вопросы. Хорошо поешьте, но не перед самым экзаменом, иначе будете, как удав, в сонном состоянии перерабатывать пищу, а не стремиться к победе.



Перед выходом из дома останьтесь в комнате в одиночестве, предупредив домашних, чтобы вам никто не мешал. Станьте, повернувшись лицом в правый угол, прочтите «Отче наш», а затем, опустившись на колени, сделайте три поклона, лбом касаясь пола, и скажите: *«Господи, помоги! Пошли мне удачу в учении. Во имя Отца, и Сына, и Святого Духа. Аминь».*

Стоя около аудитории, перед входом к экзаменатору трижды прочитайте заговор, написанный вами на чистом белом листе бумаги и положенный затем в правый карман: *«Как светел ясный день, так и голова моя светла. Ангел мой, хранитель мой, пошли мне своего успеха, охрани, защити от придирок, злобы и всякого несчастья. Был бы я в глазах проверяющих приятен и в речах разумен, очаровал бы я моих учителей этими чарами. Во имя Отца, и Сына, и Святого Духа. Аминь».*

Войдя в кабинет, экзаменационный билет берите правой рукой - тот, который первым бросился вам в глаза, или тот, который лежит ближе всех к вам, и говорите про себя 1 раз: *«О, святая Великомученица Татияна, не оставь меня в час испытаний. Помоги мне!»*

Сдав экзамен, пойдите в церковь, поставьте свечи св. Татиане и Николаю Чудотворцу, поблагодарив их за помощь.

ИМЕЙ В ВИДУ

ОБЪЯВЛЯЮ ВАС

ЗРИ В КОРЕНЬ

ДВА

Каждый день

...ые неприятности, исправить которые в ближайшее время будет совершенно невозможно.

Идите на экзамен с хорошим настроением, а естественное вол-

...ца Татияна, не оставь меня в час испытаний. Помоги мне!»

Сдав экзамен, пойдите в церковь, поставьте свечи св. Татиане и Николаю Чудотворцу, поблагодарив их за помощь.

ИМЕЙ В ВИДУ

ОБЪЯВЛЯЮ ВАС МУЖЕМ И ЖЕНОЙ...

Запомните 24 простых правила

Создавая семью, постарайтесь делать все по правилам, так, чтобы потом не пришлось прибегать к приворотам и заговорам на сохранение семьи. А правила эти известны еще из древности

1. Накануне свадьбы невеста не должна видеть жениха.

2. Нельзя до свадьбы надевать весь свадебный наряд.

3. Нельзя давать мерить свой свадебный наряд.

4. Нельзя брать у подруг или напрокат свадебные украшения.

5. Нельзя надевать платье с рукавов, нужно сначала просунуть голову в вырез платья (горловину).

6. Нижнее белье невесты должно быть только белого цвета.

7. Нельзя надевать платье с голой спиной.

8. Нельзя надевать платье выше колен, муж будет гулять.

9. Количество пуговиц на платье должно быть четным.

10. Нельзя надевать цветы на голову или втыкать в волосы без венка и фаты.

11. Нельзя прикалывать цветы в пояс.

12. Нельзя невесте самой подшивать подол своего платья.

13. Нельзя выходить замуж в шляпке.

14. Невесту не одевает подруга, у которой такое же имя.

15. Только мать невесты может снять волосинку с ее платья.

16. Невеста должна поплакать в день свадьбы.

17. Нельзя надевать обручальное кольцо на перчатку.

18. Нельзя, чтобы трое одноголых людей стояли рядом во время бракосочетания и венчания молодых. Нельзя проходить между молодыми.

19. После сочетания постарайтесь выйти из тех дверей, в которые вошли.

20. Невеста, которая перепрыгивает через веревку или присядет у церковных ворот, оставит позади свои невзгоды.

21. Жених должен перенести невесту через порог своего дома.

22. После бракосочетания жених и невеста должны постоять вместе перед зеркалом.

23. Нельзя иметь на себе бусы, иначе жизнь будет полна страданий и слез.

24. В первую брачную ночь постель для молодоженов должна готовить сваха. Утром, кто встанет раньше, будет первенствовать в семейной жизни. На протяжении всей семейной жизни нельзя никому уступать свое брачное ложе!!!

КСТАТИ

КАК СОХРАНИТЬ ДРУЖНУЮ СЕМЬЮ

Известно, что каждые четыре года, прожитые вместе, в семье наступает кризис, очень часто приводящий к распаду семьи. Профилактировать его можно так: в первой половине дня нужно вдвоем (понимая, зачем) идти пешком в церковь, в которой венчались, и там поставить одну свечу на двоих перед образом Богоматери. Говорить специально ничего не следует, но если возникает желание помолиться, то не препятствуйте этому порыву.

Если вы не можете отвязаться от человека, который надоедает своим разговорами (пристает с недвусмысленными предложениями), то поступайте так. Глядя ему (ей) в центр лба, мысленно произносите: «Солнце посветило и закатилось, луна посветила и за тучу ушла. Так бы и ты (имя того человека), закатился(ась) и зашел(а). Так велено. Аминь». А вслух скажите любую фразу, связанную с намеком на завершение диалога. Прием проверенный и нередко помогает.

ЗРИ В КОРЕНЬ

Каждый день многие из нас живут по одной и той же программе: встают по будильнику, бегут на работу.

В водовороте дел растрачивают силы и настроение. Возвращаются домой угрюмыми и издерганными, отстраненно выслушивают родных. Домашние постепенно свыкаются с тем, что вы устали и вас надо оставить в покое. Такова жизнь.

Но, естественно, наша вынужденная пассивность, апатия не устраивает домашних, им не нравится эта полоса отчуждения, хотя умом они понимают ее причины. Как же восстановить гармонию, которая прежде царила в вашем доме?

Попробуем самое простое средство. Придя с работы, немедленно переодевайтесь, меняя все до последнего, даже белье, сходите в душ. Именно в душ: только проточная вода поможет вам смыть всю энергетическую «грязь», что пристала к вам за день.

После этого проделайте энергетическое упражнение, которое займет у вас всего несколько секунд. Оно называется «Два круга». Выберите в квартире место, в котором ни вы, ни ваши близкие никогда долго не находитесь: туда вы будете сбрасывать весь ненужный энергетический «мусор». Мысленно очертите круг, встаньте в центре, закройте глаза и представьте себе, что на вашу голову обрушивается ливень: сильный, свежий.

ДВА КРУГА

Если образ ливня вам не понравится - пусть это будет дождик или ручей, стекающий со скалы, лишь бы присутствовало главное - вода, омывающая вас с головы до ног. Если получится, придайте воображаемой воде цвет и запах. Ощутив себя вымытыми и слегка опустошенными, вы выходите из первого круга, не забывая мысленно замкнуть его за собой. Ведь вам вовсе не нужно, чтобы «грязь» разносилась по квартире.

Теперь очертите для себя круг в одном из наиболее благоприятных мест в квартире. Войдите в него и вызовите мысленный образ золотистого сияния, которое облаком окутывает вас с головы до ног. Отчетливо произнесите три последовательных ключевых слова, как можно ярче и сильнее ощущая все образы, которые вызывает у вас каждое понятие: «Тепло», «Свет», «Смех». Если с первого раза образы оказались смутными и недостаточно яркими - повторите эти слова, пока не добьетесь успеха.

Не забывайте только почаще проводить энергетическую очистку первого круга. Побрызгайте его хвойным настоем, положите пучок сухой полыни или лаванды. А если вам кажется, что загрязнение слишком сильно, - положите на ночь горсть крупной соли прямо на пол, а утром тщательно соберите ее и выбросьте в раковину или унитаз.

Невыдуманные истории

ПЕРЕПЛЁТ

«Я ВАМ ПИШУ...»

Дорогая редакция, отдаю на ваш суд мою историю. Возможно, многие усомнятся в ее правдивости, но я ручаюсь, что все рассказанное - чистая правда.

Эта история произошла с моим отцом более полувека назад. Он жил тогда в небольшом поселке, разбросанном по холмам и горкам, вдалеке от больших дорог. Все в поселке знали друг друга с детства, ни у кого ни от кого не было секретов, каждое происшествие - чью-то свадьбу или похороны - обсуждали месяцами. Поэтому когда в поселке появился чужак, внимание всех жителей мгновенно сосредоточилось на нем, словно он был центром вселенной.

Чужак и впрямь выглядел необычно - а для такого небольшого поселка и вовсе вопиюще странно. Он приехал на собственной машине - по тем временам это была большая редкость. На вид он был чудовищно стар, но одевался всегда тщательно, с иголочки, словно каждый день собирался в гости. С местными не общался принципиально - все многочисленные попытки раскрутить его на разговор потерпели фиаско. Он поселился в самом большом доме в поселке - особнячке на одном из многочисленных холмов, подальше от любопытных глаз. Дом этот издавна считался среди

КТО ВОЕТ В ДОМЕ НА ХОЛМЕ?

подвале сидела большая собака. Конечно же, им не поверили, на что мальчишки не очень обиделись - похоже, они не слишком верили сами себе.

Время шло, а быт странного незнакомца не менялся. Он по-прежнему безвылазно торчал дома, каждую неделю покупал мясо и снова исчезал в своем жилище, как улитка в раковине. Местные давно поставили крест на попытках подружиться со странным соседом и делали вид, что его и вовсе нет. Только однажды за него забеспокоился тот из местных, у кого чужак обычно покупал еду: Даже извечные сорвиголовы - мальчишки не желали разведать, какой секрет таит в себе загадочный дом.

Вой оглашал поселок почти неделю, а потом стих - но даже после этого местные еще несколько дней не приближались к дому. Лишь спустя вторую неделю наиболее отчаянные, среди которых был мой отец, рискнули войти в дом, который никогда не впускал в себя чужаков.

Внутри было пыльно и пусто. Посреди одной из комнат местные нашли тело хозяина дома. На нем не было ни единой царапины, но он был мертв. Местные обыскали дом, пустой, словно склеп, и, наконец, спустились в подвал. Оттуда на них пахнуло смрадом и их глазам предстала картина, которую мой отец не мог забыть всю свою жизнь.

На полу лежало странное существо, похожее одновременно на волка, кабана и ежа. Оно было мертво, причем давно - над телом уже вовсю роились копирующие мухи. От шеи существа до стены тянулась длинная цепь, натянутая до упора. Кругом валялись обглоданные кости - остат-

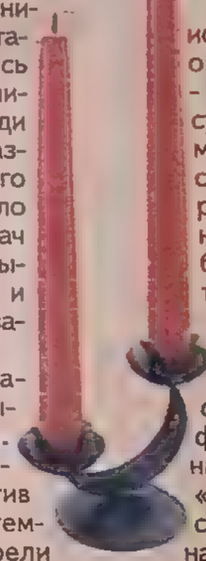
НЕУСПОКОИВШИЕСЯ ДУШИ

Здравствуйте, уважаемая редакция. Хочу рассказать вам о случае, который произошел со мной прошлым летом и который, похоже, я буду помнить до конца своих дней.

В тот злополучный вечер мы с другом сидели во дворе за столиком и разговаривали. Время было позднее, почти полночь, все остальные приятели давно разошлись по домам, но мы с Денисом, как самые стойкие, остались. Мы сидели, любовались ночным небом и почти решили расходиться, когда позади нас, прямо из темноты, раздался детский плач. От этого звука и мне, и Денису стало не по себе. Постепенно плач приближался к нам, в нем слышалось такое отчаяние и ужас, что у нас внутри все замерло.

Через мгновение навстречу нам из темноты вынесло мальчика лет восьми. Он подбежал к нашему столику и встал прямо напротив нас. Хотя на улице было темно, мы хорошо рассмотрели его заплаканное, искаженное ужасом лицо. «Пожалуйста, скажите ему, чтобы он не делал этого!», - выдавил мальчик осипшим от плача голосом и бросился бежать дальше.

Мы с Денисом ничего не успели сообразить, как вновь услышали чьи-то шаги, и ночь выплюнула навстречу нам мужчину лет сорока. Судя по всему, он был нетрезв, а в правой руке его был зажат топор, который он безуспешно пытался спрятать от нас за спину. «Куда побежал мальчишка»? - спросил мужчина, и мы раньше, чем успели что-либо сообразить, показали, что мальчик свернул в проулок.



На следующий день я искал в газетах упоминание о вчерашнем происшествии - я не сомневался, что этот сумасшедший псих догнал мальчишку. Но все было спокойно. Успокоился и я - ровно до тех пор, пока однажды, перебирая старые бабушкины газеты, я не наткнулся на фотографию того самого восьмилетнего мальчишки. Меня прошиб пот - газета была десятилетней давности. Под фотографией была огромная статья под названием «За что нам такие отцы». В статье говорилось, что на нашей улице в 1993 году отец в нетрезвом состоянии убил топором своего маленького сына, а когда осознал, что сделал, то утопился.

Прошло уже немало времени, но я до сих пор не могу поверить, что видел материализовавшуюся душу мертвого мальчика и его безумного отца.

Алексей СОЛОВЬЕВ.
Н. Новгород.

СИЛА ЛЮБОВНОГО ЗАКЛИНАНИЯ

Здравствуйте, «Приключения. Тайны. Чудеса». Я ваш постоянный

вал ей прохода, закатывал сцены ревности, стоило ей отлучиться на

фиаско. Он поселился в самом большом доме в поселке - особнячке на одном из многочисленных холмов, подальше от любопытных глаз. Дом этот издавна считался среди местных нехорошим - вполне возможно лишь потому, что был самым старым и большим и смотрелся среди поселковых домиков - деревянных спичечных коробочек, словно филин среди цыплят.

Странный чужак жил там один, ни к кому не заходя в гости и никого к себе не пуская. Раз в неделю он покупал у одного из местных жителей продукты, платя за них хорошие деньги. В основном его рацион состоял из мяса - большого количества мяса.

Местные мальчишки - в том числе и мой отец - конечно же, предпринимали попытки хотя бы заглянуть в окна странного дома. Некоторым это удалось. Позже они рассказывали наименее удачливым, что внутри дома абсолютно пусто: ни мебели, ни кровати. А еще они рассказывали, что внутри дома что-то выло, словно в

незнакомец впервые не пришел за продуктами. И в тот же вечер округу огласил жуткий звук - гулкий замогильный вой изнутри дома на холме. Сначала людям казалось, что им это чудится, что это воет ветер. Но с каждой минутой вой становился все громче и пронзительней. Это был голос живого существа, и, судя по издаваемым им звукам, никто из местных не хотел бы встретиться с этим существом.

Прошел день, потом еще один - но вой не смолкал. От этого воя поселковые собаки зажимали хвосты между лап и прятались за спины хозяев. Кто-то из местных предложил пойти посмотреть - что там, в доме на холме, но никто эту затею не поддержал.

ное существо, похожее одновременно на волка, кабана и ежа. Оно было мертво, причем давно - над телом уже вовсю роились пирующие мухи. От шеи существа до стены тянулась длинная цепь, натянутая до упора. Кругом валялись обглоданные кости - остатки того самого мяса, которое покупал незнакомец.

Вероятно, рассказывал отец, сумасшедший старик держал эту зверюгу как домашнее животное, кормил его, заботился о нем. Но в один день он умер - то ли от болезни, то ли просто от старости - и зверь остался без еды. Это его голодный вой слышали местные жители. Повезло, что у старика хватило ума посадить это чудовище на крепкую цепь - иначе маленький поселок на холмах очень скоро прекратил бы свое существование.

Местные жители сначала хотели вызвать милицию, сообщить властям - но ночью этот дом по невыясненным причинам сгорел дотла к всеобщему удовольствию, и об этой истории постарались поскорее забыть.

А.З.

СИЛА ЛЮБОВНОГО ЗАКЛИНАНИЯ

Здравствуйте, «Приключения. Тайны. Чудеса». Я ваш постоянный читатель и заметила, что на страницах вашей газеты попадаются иногда привороты на любовь.

Моя подруга Лена, дама далеко за тридцать, внешне не красавица, была до потери памяти влюблена в своего начальника. Он был моложе ее, интересный мужчина, любимец женщин - что ему было до любовных переживаний какой-то серой мыши. Он и не смотрел в ее строну, на глазах Лены флиртуя с молоденькими секретаршами. Лена несколько месяцев смотрела на это, а потом в ее голове возник план. Она как раз вычитала в одной из книг про белую магию любовное заклинание и решила приворожить своего избранника.

Я не буду описывать всю колдовскую церемонию - скажу только, что это вовсе не было просто. Разумеется, из всех описанных в книге заклинаний Лена выбрала самое сильное и сложное. Зато успех это заклинание должно было иметь невероятный: Ленин избранник не сможет жить без Лены ни минуты.

На следующий день начались чудеса. Лена пришла на работу, и начальник, обычно едва кивавший на ее приветствие, улыбнулся ей своей самой очаровательной улыбкой.

Это было начало их грандиозного и короткого романа. Сначала Лена была на седьмом небе: ее возлюбленный угадывал малейшие ее желания, готов был разбиться в лепешку, чтобы угодить Лене, каждый день засыпал ее цветами и подарками. Но чем больше проходило времени, тем меньше Лене нравились эти отношения. Ее начальник не давал ей прохода, закатывал сцены ревности, стоило ей отлучиться на минутку, требовал, чтобы все свободное время она проводила только с ним.

В конце концов Лена попыталась порвать с ним, но тут выяснилось, что строчку из заклинания - ту самую, в которой Ленин избранник не может жить без нее ни минуты - следует понимать буквально. Стоило Лене не увидеться со своим начальником, тому становилось физически плохо. Для того чтобы жить, ему просто необходимо было постоянно общаться с Леной. Вот вам и белая магия!

Кончилась эта история очень грустно. Лена не выдержала постоянного внимания своего бывшего начальника и возлюбленного и сбежала от него к маме в другой город. Он долго искал ее, оборвал у Лениных подружек все телефоны, и в итоге оказался в сумасшедшем доме.

Оксана ЛАПТЕВА.
г. Тверь.

«ВОЗЬМИ С СОБОЙ СВЕЧИ И ГВОЗДИ!»

Здравствуйте, дорогая редакция газеты «Приключения. Тайны. Чудеса». История моя довольно обычная, но все же...

Мой дядя Юра был душевнобольным. Его не стало в прошлом году, но перед его смертью произошло нечто, о чем я хотела бы рассказать. Мой дядя последнее время вел себя неадекватно, к этому все привыкли, и когда он неожиданно сказал своей жене: «Тамара, пойдем со мной на луга, только возьми с собой свечи и гвозди», никто не придал этим словам особого значения.

А дядя все продолжал говорить про зеленые луга, на которые он пойдет с Тамарой, продолжал просить непременно взять свечи с гвоздями, и еще упоминал что-то про две машины. Мы только недоуменно пожимали плечами и принимали его слова за очередную выходку душевнобольного.

Прошло два дня, и дядя Юра умер. Мы похоронили его на Северном кладбище, раскинувшемся на Пермских лугах. Похоронная процессия состояла из двух автобусов. Перед тем как похоронить, дядю Юру отпевали в церкви, среди горящих свечей. А когда заколачивали крышку его гроба, я наконец-то поняла, что слова, которые мы принимали за бессвязный бред больного человека, дядя Юра произнес неспроста. Он видел собственную смерть и пытался рассказать нам об этом как мог.

А.
Пермская область.

ПРИШЕЙТЕ СЕБЕ НЕМНОГО ДЕНЕГ

ПОГАДАЕМ

Это очень древнее гадание. Раньше для него использовались жемчужины, монеты, морские раковины, костяные или бронзовые бляшки - все, что наши пращуры применяли в качестве пуговиц.

В наши дни подобные диковинки сыскать трудно, да и не стоит утруждать себя попусту - горстка обычных пуговиц найдется у любой хозяйки.

Вам понадобятся одиннадцать плоских пуговиц: две большие - черная и белая, и девять маленьких - желательно однотипных: слегка вогнутых с одной стороны и выпуклых с другой. Отыскали магические атрибуты? Отлично! Теперь поместите их в маленькую чашку или сито, встряхните семь раз и высыпьте на стол.

Имейте в виду, что черная и белая пуговицы играют в гадании роль ориентиров. Что это значит? Допустим, что ближе к белой пуговице выпали шесть маленьких, а около черной - всего три. Для толкования используем большинство - то есть белую пуговицу и компанию. Черный ориентир в этом случае в расчет не берем. Если же большинство мелких орудий гадания легли рядом с черной пуговицей, то мы не учитываем белую и ее спутников.

В случае, если пуговицы разлетелись в разные стороны и невозможно установить, где большинство, а где меньшинство, гадание следует повторить. Делать это дозволяется не более трех раз. Требуемый расклад никак не выходит? Значит,

Возьмите горсть обычных пуговиц...

«Магические кристаллы» расположились рядом с белым ориентиром

Если большинство пуговиц лежит вогнутой стороной вверх, можете вздохнуть с облегчением. Прекрасный

настойчивость или даже упорство. Постарайтесь найти единомышленников - вместе вы сумеете преодолеть все невзгоды.

«Магические кристаллы»

положение в ближайшее время изменится к лучшему.

Большинство пуговиц лежит выпуклой стороной вверх. Это знак удачи. Если вы только приступили к какому-то делу или завязали новые отношения - все сложится удачно.

Пять или более пуговиц образуют четкий круг ближе к белому ориентиру

В этой ситуации удачу в любых начинаниях вам гарантируют четыре или более пуговиц, лежащих вогнутой стороной вверх. Все, что замышляете, сложится наилучшим образом. В ближайшем будущем вы можете получить ценный подарок, значительную сумму денег или отправиться в романтическое путешествие.

Если же большинство пуговиц легло выпуклой стороной вверх, учтите - ваше нынешнее положение весьма шатко. Не забывайте: кто высоко взлетает - тому и падать больнее. Проявляйте осторожность и предусмотрительность. Черная полоса, к сожалению, не за горами. Всеми правдами и неправдами постарайтесь отказаться от любых дальних поездок, будь то командировка или отпуск: в дороге обязательно что-то случится. Не встревайте в споры, сглаживайте острые углы в общении с окружающими - конфликты чреваты неприятностями.

Пять или более пуговиц образуют четкий круг ближе к черному ориентиру

Если большинство атрибутов гадания легло вогнутой стороной вверх - приготовьтесь к неприятностям. Насколько серьезными окажутся испытания - покажет время. Но в любом случае достижения будут слишком малы по сравнению с затраченными на них усилиями.

Когда почти все пуговички лягут выпуклой стороной вверх, следует отказаться от задуманного. Настала черная полоса! Что бы вы сейчас ни предприняли, чтобы ни сделали, будущее вас непременно разочарует. Посему советуем оставаться в тени.

Александра Романова.
www. anomalia. narod. ru.

Одна из прародительниц современной пуговицы - монета с четырьмя отверстиями, древний символ судьбы. Рисунок, который при пришивании к одежде образовывала нить, являлся частью рунического алфавита и имел силу заклинания. Поэтому, закончив гадать, загляните в таблицу и выберите символ того, чего вам не хватает для полного счастья. Теперь вооружитесь иголкой с ниткой и накрепко пришейте к блузке, жакету или... юбке свою судьбу.

	Укрепление		

обычных пуговиц...

то мы не учитываем белую и ее спутников.

В случае, если пуговицы *оказались в разные стороны* и невозможно установить, где большинство, а где меньшинство, гадание следует повторить. Делать это дозволяется не более трех раз. Требуемый расклад никак не выходит? Значит, гадание следует отложить на пару дней.

Большинство пуговиц лежит выпуклой стороной вверх. Это знак удачи.

Кстати, имеет значение и то, какой стороной - выпуклой или вогнутой - выпали маленькие пуговицы. Если вокруг одного из ориентиров легли восемь «магических кристаллов»: четыре - вогнутой поверхностью вверх и четыре - выпуклой, начинайте все заново: во всех случаях должно действовать правило большинства.

Итак, ваш расклад наконец удовлетворяет условиям гадания. Наши поздравления. Самое время заняться пророчеством...

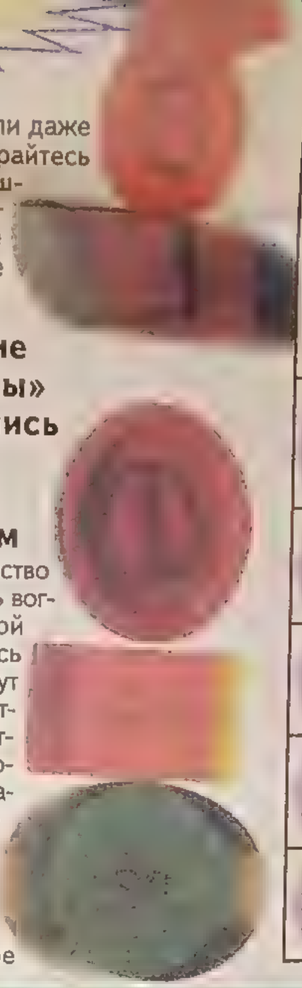
«Магические кристаллы» расположились рядом с белым ориентиром

Если большинство пуговиц лежит вогнутой стороной вверх, можете вздохнуть с облегчением. Прекрасный знак! На протяжении долгого времени вы не будете знать проблем со здоровьем. Достаток и счастье станут вашими верными спутниками. Но есть одно условие! Вы достигнете этих благ, только окружив заботой и вниманием своих близких, друзей и домочадцев. Успех в бизнесе также гарантирован в случае дружеских отношений с партнерами. Учтите это!

Если же большинство пуговиц лежит выпуклой стороной вверх - увы, вас постигнут временные неудачи. Но паниковать не стоит! Главное - сохранить уверенность в себе. Просто в большинстве вопросов вам придется проявить настойчивость или даже упорство. Постарайтесь найти единомышленников - вместе вы сумеете преодолеть все невзгоды.

«Магические кристаллы» расположились рядом с черным ориентиром

Если большинство пуговиц оказалось вогнутой стороной вверх - запаситесь терпением. Вас ждут небольшие неприятности. Не стоит остро на них реагировать - скоро они закончатся. Старайтесь во всем отыскивать положительные стороны. Тем более что ваше финансовое



Одна из прародительниц современной пуговицы - монета с четырьмя отверстиями, древний символ судьбы. Рисунок, который при пришивании к одежде образовывала нить, являлся частью рунического алфавита и имел силу заклинания. Поэтому, закончив гадать, загляните в таблицу и выберите символ того, чего вам не хватает для полного счастья. Теперь вооружитесь иголкой с ниткой и накрепко пришейте к блузке, жакету или... юбке свою судьбу.

	Укрепление дружеских связей		Увеличение числа поклонников
	Развитие интуиции, предвидения		Повышение благосостояния
	Успех в делах		Достижение гармонии с окружающим миром
	Привлечение денег		Успех в творчестве
	Красота, здоровье		Пламенная любовь

Посему советуем оставаться в тени.

Александра Романова.
www. anomalia. narod. ru.

ЗАЧЕМ НУЖНЫ ЧУДЕСА?

Чтобы вера коснулась сердец?

В обыденной жизни любого православного человека может случиться множество каких-то необычных явлений и происшествий, называемых чудесами. Зачем нужны чудеса?

Отец Ферапонт, иеромонах Ипатьевского монастыря, референт архиепископа Александра, считает, что «наше время бедно верой. Трудно достучаться до сердец людей. Они не интересуются духовной жизнью, не вспоминают о Боге. Чудеса нужны для того, чтобы вера коснулась их сердец».

«Христос никогда не творил чудеса для развлечения толпы. Любое чудо Божье направлено к душевному спасению. Если человек просит о помощи, Господь может сотворить чудо, чтобы помочь ему и укрепить его веру. Поэтому для христианина это естественный порядок вещей: есть Бог, мы ему молимся, он нам помогает, зачастую сотворяя чудо».

Например, массовы и общеизвестны случаи исцеления больных в крещенской проруби. Священник, во время проведения праздничной службы в храме в Островском не мог вести праздничную службу из-за сильной простуды - ему трудно было даже разговаривать - но стоило ему окунуться в крещенскую прорубь, и уже на следующий день он был полностью здоров.

Так, настоятель одного из костромских храмов, жил в Авраамиевском монастыре под Чухломой. Монастырь был строгим. Питались скудно, и средств на какие-то лакомства не было. И вот однажды на праздник святителя Николая монастырский стол показался пастырю особенно бедным. Он и помолился святителю Николаю, чтобы тот послал ему что-нибудь к празднику.

Возвратившись со службы в келью, он неожиданно обнаружил на столе пакетик, а в нем - чай и печенье. Келья была заперта. Никто из братьев, которых он расспросил, туда не входил, угощенье не оставлял. К тому же в монастыре такое не принято: там слишком боятся искушения, и никто не будет оставлять какие-то гостинцы скрытно.

Иногда очевидцами необычных явлений может стать не только узкое число людей в храме, но и целый город. Так, священнослужители Костромской епархии вспоминают, что во время празднования 2000-летия Рождества Христова в Галиче весь город наблюдал, как накануне торжественного богослужения средь бела дня над собором неожиданно появились три световые круга. Они не исчезали в течение нескольких часов.

Явление произвело необычайно сильное впечатление на зрителей, особенно сильное на заключенных из расположенной неподалеку зоны. После этого они возвели на территории зоны храм .

ЭКСТРА-ПРЕСС.

Всякая всячина

"Маленькая страна", певица

Друг Белоснежки

Чадо

Столица Аджарии

Стремительное наступление

Ценная редкость

Иго

Одногорбый верблюд

Малолитражка

Возмездие

Составила О. ШИГАНОВА.

Объект захвата террористов

Третья ступень октавы

Кровопийца

Полный порядок

Духовная диета

Университ.город в Великобритании

Река в Индии и Пакистане

Пистолет

Самолет

Яков по-французски

Распродажная паника

Ночная мышеловка

Воин в царской армии

«МОРФЕЙ» №1

ШЕПОТОЧКИ

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ

«МОРФЕЙ» №1

17 января вышел в свет очередной номер газеты "Морфей"

«ДВЕРЬ — ЗАЩИТНИЦА ОТ ЗЛА»-
положите под порог 5 монет — это принесет в дом достаток.

«КАК УПРАВЛЯТЬ ВЕЩАМИ?»-
научитесь разговаривать с собственным шкафом. Зачем?

«ПО КРУГУ, В ПОИСКАХ ВЫХОДА»-
сновед «Морфея» разгадывает ваши сны.

«ФОТОГРАФИЯ НА СЧАСТЬЕ»-
улыбайтесь, когда вас снимают!

«ЦВЕТНОЕ» ГАДАНИЕ»-
9 карточек подскажут, когда вас ждет удача в любви, а когда — на работе.

«КОРАЛЛОВЫЙ АМУЛЕТ»-
от каких невзгод убережет он ребенка?

ШЕПОТОЧКИ

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ЖИЗНЕННЫХ НЕВЗГОД

В наш тревожный век привести мысли в порядок- задача не из легких.

Бесконечные проблемы атакуют со всех сторон: вчера предал человек, которому вы бесконечно доверяли, сегодня оскорбил случайный прохожий, украли кошелек. Вереница неприятностей начала свое торжественное шествие - черная полоса вступила в свои владения, и, хотя всегда знаешь: ей на смену обязательно придет белая, во время испытаний очень трудно сохранять спокойствие. Однако только сила позитивного мышления плюс специальный магический ритуал способны уберечь от жизненных невзгод.

В любую среду или пятницу на растущей луне сразу после пробуждения читайте заговор: *«Закрываю все двери и окна белым полотном, опутываю прочными нитями, завязываю толстыми узлами. Никто не проникнет, не пройдет, ответ не получит. Я, раб(а) Божий(ая) (имя), желаю покоя, да не проникнет ко мне в дом - вор ночной, в мысли - нежданный гость, во двор - наговор, в душу - тревога. Пойду по дороге прямо, миную повороты. По воле, по судьбе, в тайне. Аминь».*

Зажгите и разместите на столе справа - белую свечу, слева - синюю. Между ними поставьте стакан с непочатой водой. Стоя лицом на Восток, поднимите руки на уровень глаз ладонями к себе, шепчите: *«Поднимаю, призываю силу Огня, Ветра, Воды, Воздуха. Направляю на исполнение моего желания. Пламя Огненное испепелит каждого, кто посмеет встать против меня, Ветер Небесный отведет мысли недобрые, Водица смоет привороты, Воздух Прозрачный умиротворит. Я, раб(а) Божий(ая) (имя), свободен и защищен от всякого зла. Все свершится так, как повелел(а). Исполнилось».*

На листе бумаги (размером 5х5 см) напишите: *«В мире среди бурь я, раб(а) Божий(ая) (имя), чист, защищен, окружен светом. Исполнилось».*

Правый верхний и левый нижний углы листа окуните в воду, трижды перекреститесь и поднесите его сначала к синей свече со словами: *«Раб(а) Божий(ая) (имя) за защитной чертой»*, и затем к белой: *«Зло возвратится к тому, кто его послал, троекратно».*

В том же порядке затушите свечи двумя пальцами, соедините с влажной частью бумаги и закопайте их перед порогом. Воду после заката Солнца вылейте на ближайшем перекрестке. Перед сном прочитайте «Отче наш».

Главный редактор В.И. УРУСОВА
т. 67-78-13

Учредитель: ЗАО "Издательство "Газетный мир"
Генеральный директор А.А. ЗАБОТИН
т. 67-78-14

Адрес редакции и учредителя:
603126, Н.Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1

ПРИКЛЮЧЕНИЯ, ТАЙНЫ, ЧУДЕСА
№ 2(206), январь 2004 г.

РЕКЛАМНОЕ АГЕНТСТВО
603126, Н.Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1
Дирекция: тел.(8312)34-88-20, 34-82-54
Прием рекламы, тел.: (8312)34-91-15, 34-91-16
Региональная группа, тел./факс (8312)34-88-22
E-mail:reclama@gmi.ru
За достоверность рекламной информации ответственность несет рекламодатель.

Служба распространения и доставки
тел. 75-97-54, 75-98-68, 75-98-67, 75-97-53 E-mail: sales@gmi.ru
Подписные индексы 40853, 16548
E-mail:gmi@gmi.ru

Газета зарегистрирована Министерством РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Рег. свидетельство ПИ №77-14431 от 20.01.2003.
Подписано к печати 16.01.2004 в 16 часов (по графику - в 16 часов)
Типография ЗАО "ОГФ Н Н", 603600, Н.Новгород, ул. Литвинова 74
Тираж 74389 экз. Заказ № 2802. Цена в розницу договорная

Распространение в Республике Беларусь - ИООО "Арго НН"
Адрес: 220050, г. Минск, ул. Володарского, 16, офис 408. Тел./факс: 227 74 10

Газета распространяется в городах: Абакан, Архангельск, Балаково, Барнаул, Белгород, Братск, Брянск, Волгоград, Волгодонск, Вологда, Иваново, Ижевск, Йошкар-Ола, Калининград, Киров, Курган, Мурманск, Нальчик, Нарьян-Мар, Нижний Тагил, Оренбург, Орел, Петрозаводск, Пермь, Псков, Пятигорск, Ростов-на-Дону, Рязань, Саратов, Северодвинск, Ставрополь, Сургут, Тамбов, Чебоксары, Новочебоксарск, Владимир, Ухта, Чита, Элиста, Ярославль.

ФЕНОМЕН

То ли живой, то ли мертвый?

Почему лишь единицы из миллионов избегают после смерти тления?

Житель Румынии Илие Лакатусу родился в 1909 году, окончил теологическую семинарию в Рымнику-Вылча и стал священником.

В 1947 году коммунистические власти арестовали его и отправили на исправительные работы - рыть канал, потом «произвели» в сельские каменщики. В 1983 году он скончался и был погребен в часовне одного из районов Бухареста. На смертном одре завещал следующее: похороните мою жену рядом со мной, если она умрет через 15 лет после меня».

И вот в 1998 году, ровно через 15 лет, скончалась его жена. Родственники покойного вскрыли его могилу и... пережили шок. Они увидели, что тело не разложилось. Кожа сохранила естественный цвет, и от тела исходил запах благовоний. Племянник покойного прикоснулся к нему, и после этого еще в течение нескольких недель от руки исходил тот же приятный аромат, что и от мертвого тела.

С той поры люди со всей Румынии совершают паломничество к часовне, где покоится Илие Лакатусу. И, по их рассказам, он творит чудеса. Например, исцеляя больных.

Знакомая история, верно? Потому что о чем-то подобном сообщали в последнее время все российские СМИ в связи с именем бурятского ламы Даши-Доржо Итигилова (точнее было бы Этигэлов - от бурятского «этигэл» - вера), главы буддийской Восточной Сибири. Он скончался в 1927 году, но его тело по сей день сохранилось нетленным!

Монахиня Розелин пролежала в гробу как живая более 550 лет.

И что удивительно: официальным обследованием занимались недавно российские медики, и они обнаружили, что температура тела у этого человека нормальная, а кожа, волосы, ногти ничем не отличаются от тканей живого. Кровь в сосудах лишь слегка загустела, мозг тоже пока жив, как показала электроэнцефалограмма. Значит, человека нельзя считать мертвым?! Тем более что в саркофаге Итигилов продолжал сидеть в позе лотоса, которую принял, медитируя, при уходе из жизни.

На момент смерти ламе было 75 лет, и, говорят, он завещал своим ученикам: «Вы навестите меня и посмотрите на мое тело через 30 лет». И его «навещали», уже не раз, удивляясь тому, что видели. Сейчас нетленные останки ламы хранятся в буддийском храме Улан-Удэ, куда отовсюду стремятся паломники.

Понятно, многие считают, что столкнулись с настоящим чудом! Но, спрашивается, как можно объяснить феномен нетленности? Об этом по сей день идут споры.

В принципе, феномен сохранности тела после смерти хорошо известен в медицине. Это происходит при бальзамировании, естественном и искусственном мумифицировании, а также при захоронении тела в почве определенного типа или в условиях вечной мерзлоты. Именно это произошло с телом французской монахини Розелин, которая скончалась в 1329 году и пролежала в гробу как живая более 550 лет. Но как только в могилу попадает кислород, мертвые ткани разлагаются за несколько часов.

Вопреки ожиданиям ученых, ничего подобного с телом бурятского ламы не произошло. Сами буддисты считают, что лама ввел себя в состояние самадхи, очищающее тело настолько, что оно не поддается тлению. И многие убеждены, что такой участи может удостоиться лишь высокодуховный человек, истинный святой, каким был бурятский лама или, например, отец Константин из Мордовии, принявший в 1918 году мученическую смерть от комбедовцев.

Но, простите, ведь нетленным оказалось и тело Эвиты, жены аргентинского диктатора Перона! А уж она не отличалась особым благочестием. Значит, дело не в святости. Тогда в чем же? В особенностях климата, грунта? Нет. При перезахоронениях в Подмосковье и других местах тоже иногда обнаруживали не тронутые тлением тела среди многих других, лежавших с войны в той же братской могиле, на той же глубине, в том же грунте. Почему же избежали тления лишь немногие?

Мнения ученых на этот счет расходятся. Одни считают, что дело в какой-то особой мутантной генетической доминанте, которая встречается теперь все реже. Другие приписывают феномен душе, то есть энергоинформационной структуре, обеспечивающей энергетику организма и создающей как бы заградительный барьер на пути тлетворных микроорганизмов.

А потому самое важное - ушла душа или осталась. Если *«некротическая связь» сохранилась, тело* может оставаться нетленным сколь угодно долго. А вот почему такая энергетическая подпитка иногда сохраняется, все равно не известно, поскольку раньше никто подобными исследованиями всерьез и не занимался, - все объясняла Церковь. Теперь, по счастью, такие ученые есть. В том числе и у нас, в России. Так что феномен рано или поздно будет объяснен.

www.anomalia.narod.ru

Розелин пролежала в гробу как живая более 550 лет.

...» - вера), главы буддийской Восточной Сибири. Он скончался в 1927 году, но его тело по сей день сохранилось нетленным!

И что удивительно: официальным обследованием занимались недавно российские медики, и они обнаружили, что температура тела известен в медицине. Это происходит при бальзамировании, естественном и искусственном мумифицировании, а также при захоронении тела в почве определенного типа или в условиях вечной мерзлоты. Именно это произошло с телом французской монахини Розелин, которая скончалась в 1329 году и пролежала в гробу как живая более 550 лет. Но как только в могилу попадает кислород, мертвые ткани разлагаются за несколько часов.

Вопреки ожиданиям ученых, ничего подобного с телом бурятского ламы не произошло. Сами буддисты считают, что лама ввел себя в состояние самадхи, очищающее тело настолько, что оно не поддается тлению. И многие убеждены, что такой участи может удостоиться лишь высокодуховный человек, истинный святой, каким был бурятский лама или, например, отец Константин из Мордовии, принявший в 1918 году мученическую

спрашивается, как можно объяснить феномен нетленности? Об этом по сей день идут споры.

В принципе, феномен сохранности тела после смерти хорошо

тическая связь» сохранилась. Тело может оставаться нетленным сколь угодно долго. А вот почему такая энергетическая подпитка иногда сохраняется, все равно не известно, поскольку раньше никто подобными исследованиями всерьез и не занимался, - все объясняла Церковь. Теперь, по счастью, такие ученые есть. В том числе и у нас, в России. Так что феномен рано или поздно будет объяснен.

www.anomalia.narod.ru

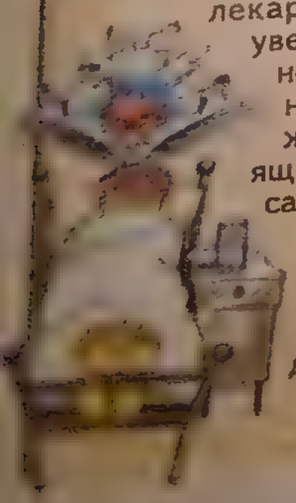
«Доктор, я еще не умер!»

Когда мозг человека перестает функционировать, его сознание продолжает существовать. Другими словами, оно не является продуктом деятельности нашего мыслительного аппарата. К такому сенсационному выводу, опровергающему давно состоявшиеся представления, пришла в результате многочисленных наблюдений группа голландских ученых.

В клинику доставили пациента в коме. Помочь ему, казалось, было уже нельзя: мозг умер, электроэнцефалограф вычерчивал прямую линию. Но, несмотря на столь неутешительный диагноз, врачи решили попытаться вернуть человека к жизни.

Во рту у пациента находился зубной протез, он мог помешать проведению реанимационных процедур. Медсестра вынула его и положила на передвижной столик. Благодаря усилиям медиков больной, а по сути дела уже мертвец, ожил..

Когда через несколько дней та же медсестра разносила по палатам лекарства, воскресший уверенно обратился к ней: «Мне нужен зубной протез. Вы положили его в выдвижной ящик столика на колесах!»



Оказывается, человек, которого считали умершим, смотрел на происходящее сверху.

© «Чудеса и приключения».

КОЗНИ НЕЧИСТИ

Ночной гость

- Даже и не знаю, как вам все это рассказывать... Еще подумаете, что я сумасшедшая. Но с нашей семьей на самом деле творятся чудеса, - так начала свою историю Галина Федосеевна Копылова.

- Когда я была еще маленькой девочкой и мы жили в Липягах под Новокуйбышевском, то никто все, что происходило с нашей семьей, не воспринимал как что-то необычное и сверхъестественное. Это сейчас о подобных вещах говорят как об аномальных явлениях. А было вот что. Помню, что у матери моей, Акулины, муж ушел на войну. Через некоторое время к нам пришла похоронка - отец умер в госпитале от тифа. А у матери нас было четверо. Как она горевала, как тосковала! И любила она отца уж больно сильно, да и с нами что одной-то делать, с хозяйством как в одиночку управиться?

И вот однажды вечером сидим мы все дома, ужинаем. Вдруг стук в дверь. Мать испугалась: кому из сельских придет в голову наведаться в гости в такой поздний час? Подходит к двери, спрашивает: «Кто там?» «Открой, Акулина, это я вернулся», - слышим мы отцовский голос.

Младший мой брат так и бросился к двери папаню встречать. Забыл совсем мальчишка, что отец наш от болезни умер и не может вернуться домой. Мать его от двери оттолкнула, велела на свое место вернуться. «Не Петр ты. Мой муж от тифа умер, иди своей дорогой». А гость не уходит: «Открой, Акулина! Петр я. Вылечился и домой пришел. Ошибка в похоронке вышла. Живой я. Посмотри в окно, увидишь».

Подбежала мать к окну: и вправду, стоит ее Петя живее всех живых, улыбается ей. «Открой, дуреха! Я вот детям гостинцев разных принес, пряников, конфет». Смотрит мать, и действительно, все карманы отцовой одежды набиты пряниками и печеньем. Мы, обычно и картошки-то вдоволь не видевшие, стали умолять мать пустить отца домой. Но что-то ее остановило. «Не может это быть ваш отец, - сказала мать. - Лицом похож, голос его, речь ласковая, но чувствую я, что не Петр это». Потом мама села на кровать, позвала детей, обложилась нами, так мы и сидели до утра.

До самого рассвета отец стучал в дверь, уговаривал пустить его, вспоминал разные эпизоды совместной жизни, но мать наша была неумолима. А поутру стук прекратился. Вышли мы на крыльцо, а там нет никого, только помет козлиный да камни валяются.

Не пускайте в дом покойников!

Я уже потом поняла, что мать моя по каким-то ей одной известным приметам угадала, что то был не наш папаня. В то время все это воспринималось, конечно, не как рядовое явление, но и не как из ряда вон выходящее. Подобное происходило не только с моей мамой, но и с другими сельчанками.

Одна молодая вдовица в похожей ситуации не выдержала и пустила своего возлюбленного домой. Несколько дней он к ней приходил по ночам. А однажды, как рассказывали в селе, уронил как бы невзначай ложку под стол. Женщина наклонилась и увидела, что у ее супруга вместо ног что-то вроде копыт. В этот же момент он ее и убил. С тех пор моя мать нам крепко-накрепко наказывала по покойникам сильно не тосковать, чтобы беду не накликать.

«Пульс Поволжья».
www.anomalia.narod.ru

Улетела в космос на луче

НЕВЕРОЯТНОЕ ПОХИЩЕНИЕ

Впервые в истории уфологии был не только отмечен, но и по всем правилам доказан случай похищения на борт НЛО, причем его жертва за считанные минуты была перенесена почти за 800 километров от своего родного дома!

Это произошло поздним вечером 4 октября 2001 года близ городка Гундиах (Квинсленд, округ Мэриборо). 22-летняя Эми Райланс смотрела телевизор, да так и заснула на кушетке в передвижном доме-прицепе, установленном на их участке. Спал и ее муж Кейт Райланс, спала и гостившая у них партнерша по бизнесу Петра Геллер - каждый в отдельной комнатке дома-прицепа.

Ровно в 23.15 Петра проснулась от яркого света, льющегося через приоткрытую дверь, ведущую в комнатку Эми. Когда Петра заглянула туда, у нее перехватило дыхание: через открытое окно бил мощный луч света.

Проходя через прямоугольник окна, он становился тоже прямоугольным сияющим брусом. Луч не доходил до пола - он был ровно срезан на конце. Внутри луча медленно плыла спящая

лению, они увидели, что росший у окна куст носит на себе явные следы сильного жара, иссушившего только одну его сторону - ту, что была обращена к НЛО.

Когда офицеры все еще изучали участок, раздался телефонный звонок. Звонила женщина из Макэя - города, расположенного в 790 километрах от Гундиаха. Она сказала, что подобрала на автозаправочной станции, что на окраине города, девушку, находящуюся в шоковом состоянии и, по-видимому, страдающую от обезвоживания. Девушка сказала, что ее зовут Эми Райланс! Звонившая заявила, что уже отвезла Эми в местную больницу и теперь сообщает об этом, чтобы успокоить родных и близких...

Эми рассказала, что помнит, как лежала на кушетке в прицепе. Затем она очутилась на «скамье» в странной прямоугольной комнате; свет там лился прямо из стен и потолка. Она была одна. Эми стала звать на помощь и услышала голос - вроде бы мужской. Голос сказал, чтобы она успокоилась: ей не причинят вреда.

В стене открылся люк, и к ней вошел мужчина ростом под два метра - худой, но пропорционально сложенный, одетый в обтягива-

КСТАТИ

Гуманоиды требуют расплаты

Грохот бьющегося стекла переполошил жильцов одного из домов в Дзержинском районе Волгограда.

- Сережа, скорей сюда! - закричала молодая женщина.

Мужчина выскочил на площадку и в разбитое окно увидел удаляющееся желтое пятно.

- Я же говорила, это не выдумки. Видишь, эти потусторонние силы уже начали мне мстить, - плакала Светлана.

Женщина не растерялась: тут же достала газету с телефоном уфологов и начала звонить...

- Пару лет назад я отдыхала в Жирновске. И там вместе со своей компанией стала очевидцем приземления НЛО над местным роддомом. Потом уже прочла в литературе, что сущности с других планет иногда вступают в контакт с очевидцами неопознанных явлений. Почему именно я стала их объектом? - недоумевает девушка.

После поездки в Жирновск Светлана во сне стала общаться с мужчиной – высоким красавцем в блестящем комбинезоне. Он руководил ее действиями: заставил бросить работу, взять деньги в долг, арендовать помещение и начать бизнес...

- Муж даже сначала от меня ушел, решив, что я с ума сошла. Но когда через год я раздала долги и торговля стала процветать, Сережа вернулся. Все шло как по маслу, - вздыхает 30-летняя бизнес-вумен. - «Инопланетянин» перестал приходить. А две недели назад ночью видение - две женщины в светящихся костюмах. Они сказали, что настала пора расплаты. Нужно на какое-то время отправиться с ними. Я должна согласиться добровольно. Отказалась - будут проблемы.

...мощный луч света.

Проходя через прямоугольник окна, он становился тоже прямоугольным сияющим брусом. Луч не доходил до пола - он был ровно срезан на конце. Внутри луча медленно плыла спящая Эми. Неведомая сила несла ее вперед головой к открытому окну. В луче также плыли мелкие предметы, попавшие в зону, где тяготение почему-то перестало действовать. Петра посмотрела в окно и увидела, что луч идет от повисшего неподалеку от домика дисковидного НЛО. Затем женщина потеряла сознание.

Внутри луча медленно плыла спящая Эми.

Геллер была без сознания считанные минуты, а когда очнулась, ни Эми, ни тарелки уже не было. Тогда она закричала, чтобы разбудить все еще спавшего Кейта. Увидев дрожащую и рыдающую Петру и выяснив, что произошло, Райланс тут же позвонил в полицию.

Полицейские прибыли на место происшествия только спустя полтора часа. Сначала они думали, что пали жертвой глупого розыгрыша, но, увидев, в каком состоянии находятся Кейт и Петра, тут же решили, что парочка пристукнула мешавшую им жену, зарыла где-то ее тело и теперь рассказывает байки о похищении НЛО. Позвав на помощь еще одного своего коллегу, полицейские начали осмотр прицепа и прилегающей местности. К своему удив... ...ла голос - вроде бы мужской. Голос сказал, чтобы она успокоилась: ей не причинят вреда.

В стене открылся люк, и к ней вошел мужчина ростом под два метра - худой, но пропорционально сложенный, одетый в обтягивающий комбинезон. Его лицо закрывала маска с прорезями для глаз, носа и губ. Существо повторило успокаивающие слова и добавило, что ее вернут не на то место, откуда взяли, а в другое, так как на прежнем месте им появляться опасно.

Сразу после этого Эми «отключилась» и очнулась уже на земле, где-то в лесу, а потом добралась до бензоколонки.

Обследуя пострадавшую, врачи обнаружили загадочные отметины, расположенные треугольником, на ее бедре и странные следы на обеих пятках.

Все закончилось не менее неожиданно. В самый разгар исследований Кейт, Эми и Петра куда-то исчезли. К счастью, у уфологов остался номер мобильного телефона Кейта. Райланс рассказал им по мобильнику, что они переехали из-за странного, пугающего происшествия: за их машиной гнался темно-коричневый грузовик с явно недобрыми намерениями, по-видимому, пытаясь столкнуть их с дороги. Назвать свой новый адрес Кейт отказался...

Австралия
www.incognita.ru

...решив, что я с ума сошла. Но когда через год я раздала долги и торговля стала процветать, Сережа вернулся. Все шло как по маслу, - вздыхает 30-летняя бизнес-вумен. - «Инопланетянин» перестал приходить. А две недели назад ночью видение - две женщины в светящихся костюмах. Они сказали, что настала пора расплаты. Нужно на какое-то время отправиться с ними. Я должна согласиться добровольно. Откажусь - будут проблемы.

Света надеялась, что люди из снов - плод воображения, а жизнь удалась благодаря счастливой случайности. Но иллюзии развеялись. Поставив в 9 вечера свою «Ауди» у подъезда, Светлана на лестничном пролете увидела в окно стремительно приближающийся светящийся объект. Через секунду стекла разлетелись. А утром Света с мужем обнаружили, что стекла «Ауди» покрыты серебристым налетом непонятного происхождения. Странно, что сигнализация на машине не сработала.

- Что делать? Я так боюсь, - призналась уфологам женщина, которая сейчас ждет первенца и готова ради его здоровья отказаться от бизнеса.

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Геннадий БЕЛИМОВ, член совета Международной уфологической ассоциации:

- Светлана попала под воздействие неких сил, которые теперь диктуют ей свои условия. Но есть закон космической воли, по которому эти силы не могут ничего сделать с человеком, если он сам не захочет. Нужно просто твердо сказать про себя: «Я не буду иметь никаких дел с потусторонними силами, мне неинтересны аномальные явления. Оставьте меня в покое». Стоит также сходить в церковь, если человек некрещеный - покреститься.

www.incognita.ru

Спутник SOHO запечатлел НЛО?

Список необъясненных наукой явлений, возможно, пополнился еще одной загадкой. Американская исследовательская станция SOHO, ведущая непрерывное наблюдение за Солнцем с помощью целого спектра научных инструментов, передала на Землю уникальное изображение, на котором зафиксировано непонятное явление или объект.

Судя по всему, в данном случае речь не идет о чьем-либо озорстве - снимок выложен в базе данных на официальном сайте НАСА.

На изображении внешних частей солнечной короны, переданном установленным на SOHO широкоугольным спектрографическим коронографом LASCO 2 февраля 2005 года в 18 часов 18 минут по московскому времени, видна странная «дымчатая» полоса, отдаленно напоминающая след, оставленный пролетевшим мимо объектом неведомо какой природы, но явно управляемым, судя по сложной траектории.

www.cnews.ru

Метеорит метил в канадского министра

Далеко не каждому выпадает удача своими глазами увидеть пролет крупного болида. Однако то, что его довелось наблюдать летчику премьер-министра Пола Мартина, вызвало легкую обеспокоенность: науке известны случаи, когда ударная волна от пролета метеорных тел была причиной авиакатастроф.

21 марта самолет премьер-министра пролетал над Саффилдом. Летчик заметил огненный шар с дымным шлейфом и тут же доложил о нем авиадиспетчерам. С других самолетов тоже увидели мчащееся с огромной скоростью пылающее тело. Копия рапорта о происшествии была получена уфологом Крисом Рутковским из министерства транспорта вместе с другими сообщениями о странных явлениях.

«Не похоже на НЛО, - сказал Рутковский. - Почти наверняка это был кусок небесного тела, который вошел в земную атмосферу и сгорел. Астроном-любитель из Калгари запечатлел его падение на видеопленку. Похоже, что этот или другие болиды видели люди на огромной территории вплоть до Квебека».

Неясно, увидел ли болид хотя бы краем глаза сам Пол Мартин. Его пресс-секретарь заявил, что «...не располагает никакой дополнительной информацией» о происшествии в воздухе.

www.anomalia.narod.ru

ГЛАЗАМИ ОЧЕВИДЦЕВ

Космонавтов спас НЛО

О том, что российские космонавты и астронавты США во время пребывания на околоземных орбитах встречались с НЛО, писалось не раз.

Те встречи ограничивались наблюдениями, скорее всего, взаимными. Но недавно стало известно, что во время одного из неудачных полетов российских космонавтов возникла нештатная ситуация, благополучному исходу которой, возможно, способствовало вмешательство неких «потусторонних» сил.

Утром 5 апреля 1975 года на космодроме Байконур шли последние приготовления к старту космического корабля «Союз-18». Стояла ясная, безветренная погода, подготовка проходила без отклонений от нормы, двое членов экипажа были в полном порядке. Экипаж составляли полковник, Герой Советского Союза Василий Григорьевич Лазарев, уже летавший в сентябре 1973 года на «Союзе-12», и инженер из конструкторского бюро ОКБ-1 имени С.П. Королева, кандидат технических наук, Герой Советского Союза Олег Григорьевич Макаров, также летавший вместе с Лазаревым на «Союзе-12».

Целью их первого совместного полета, продолжавшегося двое суток, была проверка усовершенствованной системы жизнеобеспечения в космическом пространстве, в том числе скафандров новой конструкции. На этот раз уже сработавшиеся коллеги отправлялись на «Салют-4», где им предстояло сменить прежде Губарева и

После аварии ракеты спускаемый аппарат с людьми был обречен. Но...

Климука послышался снова, но какой-то слабый, а на него накладывались странные звуки, как будто кто-то (или что-то) безуспешно старался сымитировать человеческую речь. Космонавтам показалось, что такие звуки мог бы издавать компьютер, пытающийся передать какую-то информацию посредством голосовой связи. Однако понять содержание этой передачи, длившейся всего 5-7 секунд, космонавты не сумели.

Прошло еще несколько секунд, и вдруг в кабине раздался вой сирены аварийной сигнализации, и одновременно вспыхнула и замигала контрольная красная лампочка с надписью: «Авария ракеты-носителя». К этому времени бортовой секундомер отсчитал 270 секунд полета. По расчетам, до выхода на орбиту оставалось еще ровно столько же времени, но авария ракеты-носителя означала, что корабль не сможет достичь расчетной орбиты, поэтому должна сработать автоматическая аварийного спасения, в

не потащил кабину по земле, что при данном рельефе местности было бы чревато большой опасностью.

Но оба космонавта настолько обессилели, что в тот момент просто не могли шевельнуться. Между тем кабина по-прежнему оставалась неподвижной и находилась почти в вертикальном положении. Через некоторое время Лазарев и Макаров почувствовали, что уже в состоянии двигаться, но какой-то внутренний голос настойчиво советовал им не трогать кнопку отстрела парашюта. Они открыли люк и выбрались наружу.

От того, что космонавты увидели, им стало не по себе. Какая-то чудесная сила забросила купол парашюта за выступ скалы, поросший густым кустарником, и только благодаря тому, что купол надежно зацепился за него, натянувшиеся стропы удерживали спускаемый аппарат на крутом горном склоне, который несколькими метрами ниже обрывался в глубокую пропасть.

«Тарелка» над головой

Когда наступила ночь, космонавты разожгли костер. Скоро в небе над ними появились самолеты, они просигнализировали, что обнаружили место приземления, и улетели. Ветер разогнал облака, покрывавшие небо с вечера, и стих. И вдруг космонавты услышали в воздухе нарастающий свист и одновременно увидели на небе среди звезд какой-то светящийся объект, зависший прямо над ними.

Определить его форму, а также высоту над землей космонавты не смогли. Они видели лишь яркое пятно, сверкавшее фиолетовым светом. Объект находил

го полета, продолжавшегося двое суток, была проверка усовершенствованной системы жизнеобеспечения в космическом пространстве, в том числе скафандров новой конструкции. На этот раз уже сработавшиеся коллеги отправлялись на «Салют-4», где им предстояло сменить предыдущий экипаж - Губарева и Гречко - и проработать на станции не один десяток дней.

Ровно в 10.30 утра командир и бортинженер заняли свои места в кабине корабля, и в Центре управления полетами начался предстартовый отсчет времени. Старт прошел нормально, космонавты слышали по радио сообщения, передаваемые хорошо им знакомым голосом Петра Климука, выполнявшего на этот раз функции оператора связи: «Сто секунд полета... Крен и отклонение от направления полета в норме», «Сто сорок секунд. Давление в камерах сгорания стабильное».

Приборы на табло в кабине «Союза» показывали, что вторая ступень ракеты-носителя уже отработала. Аэродинамический обтекатель сброшен, корабль вышел из плотных слоев земной атмосферы.

«Двести шестьдесят секунд. Все в по...»

В этот момент сообщение прервалось, на мгновение возникли шумовые помехи, затем голос

лампочка с надписью: «Авария ракеты-носителя». К этому времени бортовой секундомер отсчитал 270 секунд полета. По расчетам, до выхода на орбиту оставалось еще ровно столько же времени, но авария ракеты-носителя означала, что корабль не сможет достичь расчетной орбиты, поэтому должна сработать автоматическая система аварийного спасения, в результате чего спускаемый аппарат корабля с кабиной отделится от ракеты и устремится к земле.

И в этот момент на фоне сообщений из Центра управления полетами, которые то звучали нормально, то совсем затихали, космонавты опять услышали те самые странные звуки, похожие на неумелое подражание голосу человека. Понять их смысл, как и в прошлый раз, им не удалось, при этом они недоумевали, как к каналу радиосвязи, предназначенному исключительно для общения экипажа корабля с Центром управления, мог подключиться кто-либо посторонний...

Когда на высоте 192 километров спускаемый аппарат с экипажем отбросило от ракеты-носителя, Лазарев и Макаров испытали огромные перегрузки, во много раз превышающие нормальную «земную» силу тяжести. Они возникли не только из-за резкого толчка при отстреле аппарата от терпящей бедствие ракеты, но и вследствие его беспорядочного

«кувыркания» в первые секунды после отстрела. Но вскоре аппарат под действием автоматической системы стабилизации перестал кувыркаться и начал плавно падать на землю. Перегрузки сменились состоянием невесомости. Вскоре, однако, ситуация опять изменилась, кабина начала вибрировать, интенсивность вибрации стремительно росла, а в иллюминаторах заплясали языки пламени: это спускаемый аппарат вошел в плотные слои атмосферы.

Не отстреливайте парашют!

К этому моменту на Байконуре уже знали, что с ракетой-носителем произошла авария. Теперь всех тревожила одна мысль: отреагировала ли должным образом на эту критическую ситуацию система жизнеобеспечения космического корабля? Но вот из динамиков послышался голос Лазарева, и в зале раздались радостные возгласы: значит, космонавты живы, и связь с ними работает!

Почти сразу же удалось определить положение спускаемого аппарата: он находился над Алтайскими горами, недалеко от границы с Китаем и примерно в двух тысячах километров от Байконура.

«Внимание, вы над Юго-Западным Алтаем! - передали космонавтам из Центра управления. - Опускаетесь в горы, будьте внимательны и осторожны! Поисково-спасательная группа уже вылетает. Держитесь, вас скоро найдут!»

Лазарев и Макаров прекрасно понимали, что предостережение Центра - не пустые слова. Под ними были труднодоступные заснеженные горные пики высотой до 3000 метров, обрывистые скалы, крутые откосы, пропасти... Но вот космонавты ощутили мощный толчок, и спуск кабины прекратился. Они наконец оказались на твердой земле.

Теперь, согласно регламенту, кто-то из членов экипажа должен нажать кнопку устройства, отстреливающего парашют от спускаемого аппарата, чтобы гигантский купол, наполнившись воздухом под воздействием порыва ветра,

и улетели. Ветер разогнал облака, покрывавшие небо с вечера, и стих. И вдруг космонавты услышали в воздухе нарастающий свист и одновременно увидели на небе среди звезд какой-то светящийся объект, зависший прямо над ними.

Определить его форму, а также высоту над землей космонавты не смогли. Они видели лишь яркое пятно, сверкавшее фиолетовым светом. Объект находился над ними с полминуты, а затем, словно убедившись, что все в порядке, исчез так же внезапно, как и появился.

- Я до сих пор не только не сомневаюсь в том, что тогда мы собственными глазами увидели НЛО, но и совершенно уверен, что этот объект пытался установить с нами контакт, используя наш канал радиосвязи, - сказал Василий Лазарев в беседе с западногерманскими журналистами во время своего пребывания в Лондоне с частным визитом в 1996 году. И добавил: - Думаю, что только благодаря его вмешательству мы приземлились тогда целыми и невредимыми на Алтае, в горной местности, рельеф которой больше напоминал лунный, чем земной.

Космонавты услышали странные звуки, похожие на неумелое подражание голосу человека.

Когда журналисты спросили Лазарева, почему ни он, ни Макаров после возвращения на Байконур ничего не сказали об НЛО, он ответил, что в те времена, если летчики или космонавты докладывали, что видели в небе неизвестные объекты или какие-либо сверхъестественные явления, их отстраняли от дальнейших полетов.

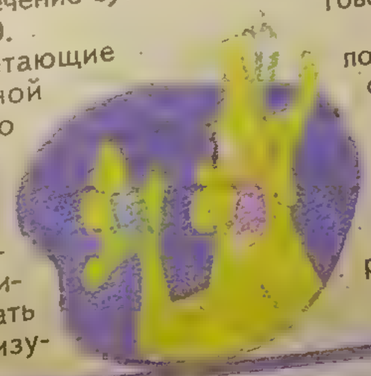
Еще Лазарев сообщил, что пленку, на которой были записаны все их переговоры с Центром управления и на которой отчетливо прослушивались те самые загадочные звуки, впоследствии тщательно исследовали. О результатах исследований ему ничего не известно, зато известно, что потом эта пленка пропала при невыясненных обстоятельствах.

www.anomalia.narod.ru

«Тарелки» оккупировали Крым

Как заявил глава управления уфологических исследований при Академии национальной безопасности России Валерий Уваров, в Крыму существует место, где неопознанные летающие объекты фиксируются с поразительной частотой: в течение суток здесь наблюдается более десятка НЛО.

По его словам, неопознанные летающие объекты нередко становятся причиной авиакатастроф. Уваров утверждает, что в последние годы российские военные проявляют большой интерес к НЛО, однако денег на изучение этой проблемы не выделяется. Кстати, как признался уфолог, несколько лет назад Министерство обороны успело опубликовать закрытые отчеты, где НЛО характеризуются как «объекты внеземного происхождения».



«Военные признали, что НЛО - это средство передвижения пришельцев. Пока еще можно использовать аббревиатуру «неопознанные летающие объекты», однако все они уже давно опознаны, - говорит исследователь.

Тем не менее, по словам Уварова, в последнее время значительно уменьшился интерес к НЛО.

«Раньше это являлось чем-то экстраординарным. Сейчас народ все больше привыкает, не так часто смотрит в небо, да и наблюдение неопознанных объектов теперь не так афишируется», - подчеркнул уфолог.

www.podrobnosti.ua

Виртуальные глюки

ПО ТУ СТОРОНУ

...Он шагнул по едва различимой тропке, казалось бы, в никуда, в мертвую, оглушающую пустоту, но это не было пустотой, это был другой, неведомый мир.

Роман не мог сопротивляться, он отдался окружающему его пространству и времени, как отдаются светлому чувству первой любви...

Ветер позапрошлого века

Он летел в полной темноте сквозь пелену облаков, и страх разрывал его сердце. Пробовал кричать, но это был, скорее, шепот, хрип, стон. Его никто не слышал. Впрочем, он не слышал даже сам себя. Новое чувство росло в груди - беспомощного ожидания гибели, против которой ты бессилен.

Он понял, что лежит на траве. Вдалеке золотился купол церкви. «Какой это век? - пронеслось в голове. - Где я вообще?»

Вопросы накатывали, как волны на берег во время шторма. Ответа на них не было.

Короткое замыкание

В сентябре 2002 года Русский музей в Москве, Нижегородский художественный музей и Нижегородский госуниверситет подписали соглашение о реализации в Нижнем проекта под названием «Россия». Один из пунктов его - создание в областном центре виртуального филиала Русского музея.

Когда я узнал об этом, - говорит Роман Игнатенко, - то страшно заинтересовался. Виртуальный зал позволяет не только совершить экскурсию по Русскому музею, не

ная кустами сирени, жасмина и боярышника, круто забирала вверх. Копьями в небо вонзались кедры, ели, сосны, дубы и липы. Сквозь них проглядывал серебристый купол высокого здания.

Странность заключалась в том, что все было узнаваемо. Да, несомненно, Роман когда-то уже видел эти места в реальной жизни. Он еще раз поглядел на загогулины реки, и из глубин прошлого пришло воспоминание: перед ним Пьяна, а находится он у села Ветошкино, что в Гагинском районе. А серебристый купол - не что иное, как сельскохозяйственный техникум, куда он когда-то хотел поступать, но потом раздумал.

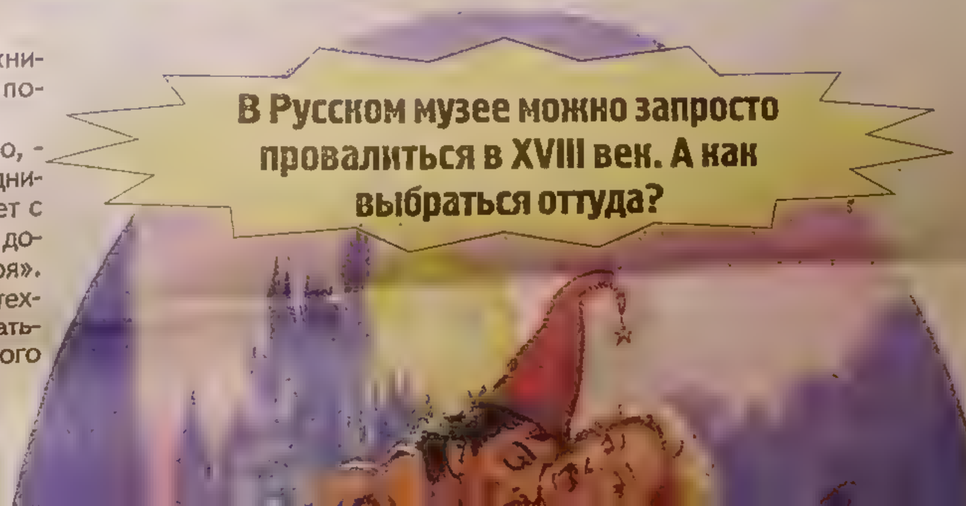
«Выходит, все не так плохо, - подумал Роман. - Вот сейчас поднимусь, и это наваждение схлынет с меня, как дурной сон. Позвоню домой - и все вернется на круги своя». Но когда он подошел к зданию техникума, стало понятно, что вырваться из цепких объятий виртуального мира ему пока не хватает сил.

Ветошкино, усадьба Пашковых

По следам акварелей

Он вошел в следующую комнату, и его обжег чей-то печальный взгляд. Со стены на него смотрела... Александра Григорьевна Муравьева. С того самого портрета Яненко, в который и «вошел» Роман. Да так в нем и остался.

Под акварелью Яненко было помещено краткое описание истории портрета. Александра Григорьевна Муравьева (ее девичья фамилия была Чернышева, то есть она доводилась родной теткой жене владельца усадьбы) умерла в 1832 году от простуды в возра-



В Русском музее можно запросто провалиться в XVIII век. А как выбраться оттуда?

своим ангелом-хранителем. Друг Пушкина, Иван Пущин, писал о вас, что «в делах любви и дружбы вы не знали невозможного». Так помогите и мне, мне обязательно нужно вернуться в тот мир, где я жил. Там у меня семья, учеба, любимая девушка. Здесь я чужой. И вы просто не можете оставить меня в беде.

В этот момент Роману показалось, что глаза на портрете пришли в движение. Александра Григорьевна как будто показала ими: поднимайтесь выше, там вас ждет спасение.

«Молитесь, господа!»

В соседней комнате послышались голоса.

- Я вошел туда, - рассказывает Роман.- Там расставляли в круг стулья. Я понял, что готовится спиритический сеанс.

Высокий человек с проницательными темными глазами и огромными седыми бакенбардами - это и был хозяин усадьбы - беседовал с группой людей разного возраста.

- Сегодня, перед своим отъездом, - говорил он, - я хочу выполнить волю моей супруги, которая хотела бы пообщаться со своей великой теткой - женой декабриста Никиты Муравьева. Она чувствует, что Александра Григорьевна что-то желает ей сказать.

- А не боитесь ли вы, что во время спиритического сеанса можно потревожить душу, которой такой контакт не нужен? Или, наоборот, вызвать душу неприкаянную? - спросил молодой чело-

«истинного евангелия» - что-то вроде русского протестантизма. И наконец, еще одна бумага: за проведение в 1884 году в Петербурге съезда сектантов высочайшим повелением царя «Общество поощрения духовного чтения» было закрыто, а Пашков со своим ближайшим окружением выслался из страны. Путь его лежал в Лондон. Как догадался Роман, в Ветошкино он заехал, чтобы забрать личные вещи и отдать последние распоряжения.

Но что это могло означать для него, Романа?

...пунктов его - создание в областном центре виртуального филиала Русского музея.

- Когда я узнал об этом, - говорит Роман Игнатенко, - то страшно заинтересовался. Виртуальный зал позволяет не только совершить экскурсию по Русскому музею, не выезжая в столицу, но и самым натуральным образом «войти» в ту или иную картину, стать как бы невидимым ее персонажем. И я настолько загорелся, что, не дожидаясь, когда проект воплотится в Нижнем, двинул в Москву.

- И вот я в виртуальном зале, - продолжает свой рассказ Роман Игнатенко. - Перед моими глазами - целая галерея картин. Особенно меня заинтересовала подборка портретов жены декабриста Никиты Муравьева. Узнаю, что один из них, созданный в Петербурге в конце декабря 1825 года художником Соколовым, был доставлен в каземат Петропавловской крепости с надписью на обороте «Моему дорогому Никите». С этим портретом Муравьев не расставался до самой своей смерти. А две другие акварели, принадлежавшие кисти Погонкина и Яненко, хранятся, оказывается, в нашем Нижегородском художественном музее. И вот я вхожу в портрет Яненко. Женщина неописуемой, трагической красоты. Траурный креп. Следы невыплаканного, подавленного страдания, лихорадочный блеск ярких бездонных глаз.

Но тут произошло то, чего не ожидал никто: ни Роман, ни сотрудники музея. Неожиданно вырубился свет, мониторы погасли, и Роман завис в другом измерении.

«Молитесь за человека, который попал в наш мир совершенно случайно».

Когда-то он уже видел эти места

Он шел, понимая, что потерял жизнь. Из нее удалились факты, а вместо них поселились призраки. Все, что его окружало, на самом деле не существовало.

Рядом текла извивающаяся, как змея, река. Тропа, обрамлен-

...наваждение схлынет с меня, как дурной сон. Позвоню домой - и все вернется на круги своя». Но когда он подошел к зданию техникума, стало понятно, что вырваться из цепких объятий виртуального мира ему пока не хватает сил.

Ветошкино, усадьба Пашковых

Он ощутил дрожкую прохолодь, когда поднялся наверх. Техникума НЕ БЫЛО. На его фасаде Роман прочитал: «Усадьба Пашковых, 1868 год». И здание сильно отличалось от того, которое в свое время видел Роман. Боковые павильоны с фигурными ступенчатыми фронтонами были очерчены филигранным декором, напоминающим отделку и буддийских храмов, и загородных дворцовых резиденций вельмож Северной Ломбардии. Повсюду, как в петербургском Летнем саду, стояли бюсты античных мыслителей.

Дом из красного кирпича, обрамленный борнуковским камнем, был наполнен жизнью. Сновали лакеи, примеряя дежурную утреннюю улыбку, кухарка драила огромный медный самовар, играл духовой оркестр, где-то вдалеке чавкали топоры. Но никто не замечал незваного гостя. Впрочем, понятно почему: он был из другого измерения. Эта чужая жизнь не смешивалась с его жизнью.

Путешественник во времени шел все дальше и дальше. Ступени лестниц, устланные коврами, вели его в святая святых имения Пашковых. Он остановился у огромной, как ему показалось, картины. Но это была не картина, а генеалогическое древо Пашковых. Основателем рода значился Григорий Пашкевич, выехавший из Польши в Россию еще при Иване Грозном. Его потомки писались уже Пашковыми.

Усадьба принадлежала Василию Александровичу Пашкову, кавалергарду, полковнику в отставке. Его женой была графиня Александра Ивановна Чернышева-Кругликова.

выбраться оттуда?

сте 28 лет. Принадлежавшие ей ценности, в том числе и картины, были переданы ее родственникам. Портрет Яненко достался Александре Ивановне, а после ее замужества стал общей собственностью супругов Пашковых.

Все прояснялось...

Как вернуться обратно?

Но мучил другой вопрос: как вернуться в то время, откуда он пришел, как преодолеть захватывающее дыхание пространства, огромную тьму, где шуршит лишь ветер вечности? Может быть, поможет именно этот портрет?

Роман подошел к нему вплотную, дотронулся до рамы рукой. Он ощутил тепло. Еще раз встретился глазами с изображенной на нем и мысленно заговорил. Слова приходили как бы сами собой:

- Декабристы называли вас

«Истинные евангелисты»

Он поднимался по лестнице, и сквозняк морщил пламя свечей в канделябрах - оно плясало при каждом его шаге. Нервы были натянуты, как струны рояля. Он вздрогнул, когда не увидел себя в огромном, во всю стену зеркале. Все правильно: в этом мире он не существует.

Роман вошел в комнату, которая, как показалось ему, была кабинетом хозяина. На столе лежала стопа каких-то документов.

Роман стал бегло их просматривать. Так, Пашков в 1849 году блестяще закончил Пажеский корпус, начинает службу в кавалергардском полку, затем в Военном министерстве. Женитьба на Александре Чернышевой, увольнение со службы. Знакомство с лордом Гренвиллом Редстоком - пропагандистом сектантского учения

дом, - говорил он, - я хочу выполнить волю моей супруги, которая хотела бы пообщаться со своей великой теткой - женой декабриста Никиты Муравьева. Она чувствует, что Александра Григорьевна что-то желает ей сказать.

- А не боитесь ли вы, что во время спиритического сеанса можно потревожить душу, которой такой контакт не нужен? Или, наоборот, вызвать душу неприкаянную? - спросил молодой человек, которого все называли Александром Петровичем.

- Душа праведника всегда готова пойти на общение, а вот души, представляющие темные силы, идут на это крайне редко, - сказала женщина, которая, по-видимому, и должна была исполнять функции медиума.

- Говорите громче, - послышался голос медиума. - Это вы, Александра Григорьевна?

Пауза.

Но тут что-то заскрипело, и совершенно другой голос - хриплый и свистящий - произнес только одну фразу:

- Молитесь за человека, который попал в наш мир совершенно случайно. Это хороший человек...

Загорелся свет - в этой комнате было проведено электричество. И тотчас же вырубился. Запахло горелой резиной, и Роман потерял сознание...

Эпилог

По словам Романа Игнатенко, он очнулся у себя дома. Страшно болела голова. Мать сказала ему, что он отсутствовал два с половиной месяца. Она даже подавала заявление в милицию об исчезновении сына.

- Мне никто, разумеется, не верит, - говорит Роман. - Я даже родителям об этом ничего не сказал, не хочу расстраивать. Но согласитесь: такое выдумать трудно. Я потом проштудировал в библиотеке целую гору книг - все сходится до мелочей.

Возможно ли такое? На этот вопрос давным-давно ответил великий Леонардо да Винчи. Дескать, в этом мире непонятно только одно - что называть невероятным и невозможным.

Сергей СТЕПАНОВ.
«Приключения. Тайны. Чудеса».

ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТАЙНЫ ЧУДЕСА

ПОКА МЫ ВЕРИМ В ЧУДО, МЫ ЖИВЕМ

№23 (279)

2006 г.

Не открывайте ворота в загробный мир

«НЕ ОТРЕКШИЙСЯ ОТ КРЕСТА»

Как стал святым убитый в Чечне за веру 19-летний солдат?

10

«ЖЕНСКОЕ ЛИЦО НА МАРСЕ»

Не послание ли это земным братьям?

9

«НА МАРСЕ»
Не послание ли это земным братьям?

«ЮХАЧ»
Телепат предсказал смерть другу... по запаху

Что за твари приходят к тем, кто отмечает Хэллоуин по-русски?
Стр. 2
«Разбудили барабашку!»
Почему мирная бытовая техника вдруг сходит с ума?
Стр. 7

СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИГРЫ

Ворота в загробный мир

Мальчишеский голос в телефонной трубке звучал взволнованно, парень говорил торопливо и путано:

- В этом году мы с ребятами отмечали Хэллоуин и хотим, чтобы вы рассказали нашу историю. Чтобы больше такого ужаса не довелось пережить никому...

Рождение культа

Сначала Вован стал растманом. Сшил полосатый берет под цвет эфиопского флага, заплел волосы, несмотря на протесты родителей, в мелкие косички. Заявлял всем, что Эфиопия является для него земным раем.

Но растманство скоро Вовану и его друзьям по колледжу - Микки-Маусу (Мише Воробьеву), Матрице (Маше Побегуц), Гарри Поттеру (Игорю Лебединскому) и Сове (Светлане Паниной) порядком поднадоело.

Но куда пойти, к кому прибиться, куда податься? В рэпперы, которые помешаны на «черной музыке», придуманной африканцами, где слова начитывают на ритмичную мелодию? Носить широкие штаны и бейсболки козырьками назад? Да нет, несолидно это.

А Вована тем временем неожиданно осенило.

- Слушайте, - обратился он к друзьям, - а почему бы нам самим не создать что-то свое?

Стать хотим мы кельтами

Незанятую нишу искали долго. Остановились на кельтах. Скорее всего, потому, что не так давно по[illegible] группы, исполняющие

- Давайте вызовем духов, - то ли в шутку, то ли всерьез предложила Матрица.

Но выяснилось, что она не шутит. В какой-то старинной эзотерической книге Маша вычитала заклинание, с помощью которого кельты якобы открывали ворота в другое измерение.

- Почему бы не попытаться и нам? - обратилась она к ребятам.

Предложение было одобрено. И началось маленькое таинство. Маша повесила на стену дубовую ветку с уже засохшими листьями, разложила на полу перед большим зеркалом зеленые и

рывно падающей белой стеной уже ничего нельзя было разобрать.

Микки поежился. Натянув маску Годзиллы, он задыхался в ней. У ночи был миллиард глаз, и каждый из них неотрывно смотрел именно на него. Мир словно превратился в огромную бойлерную фабрику с миллионом слесарей, которые миллионом молотков стучали по железным бакам.

И тут он увидел лицо, прижатое к стеклу. Призрак - без волос, без ресниц, без зубов, словно сотканный из невесомого лунного света, влезал в окошко вместе с влажной и липкой тьмой. Ледяной ветер пробрал до костей. Словно холодное пламя какого-то виртуального костра, давящегося едким ползучим дымом, опалило разгоряченное лицо, и в этом пламени Микки-Маус увидел глаза смерти.

Все это продолжалось всего лишь секунду - ту секунду, которая порой кажется длиннее жизни. Но Микки нашел в себе силы вернуться из страны шока.

- Эй, Гарри Поттер, - сказал он, подойдя поближе к окну. - Как ты туда попал? Там что - пожарная лестница?

жиданно осенило.

- Слушайте, - обратился он к друзьям, - а почему бы нам самим не создать что-то свое?

Стать хотим мы кельтами

Незанятую нишу искали долго. Остановились на кельтах. Скорее всего, потому, что не так давно появились группы, исполняющие кельтскую музыку. «Мельница», «Тинтал», «Воинство Сидов» - число их все растет, число поклонников тоже.

Но потребовалась и историческая справка.

- Они были язычниками, - познакомила со своими научными изысканиями Матрица. - Считали, что зимой бог Солнца находится в плену у Самхэйна, по-нашему, Дьявола. А зима начиналась у них в ночь с 31 октября на 1 ноября. В это время открывались ворота в загробный мир. И души мертвяков чудесным образом возвращались на Землю. Но в эти ворота еще валом валила всякая нечисть: ведьмы, оборотни, вампиры...

- Вот это по-нашему! - обрадовался Микки-Маус. - Вот это кайф! Давайте кельтами станем. Больно уж с вампирами пообщаться охота. Может, парочку отловим, зоопарк откроем. И за деньги будем показывать трудящемуся народу.

- Из тебя, как всегда, бредятина прет, как из брандспойта, - осадила его Сова. - Лучше отпразднуем ночь зимы - она совсем скоро, октябрь кончается.

- Я тут должна кое-что добавить, - снова взяла слово Матрица. - На этот кельтский праздник наслоился еще и праздник католический - День всех святых. И ночь зимы стали называть Хэллоуин.

- Так это же вообще клево! - перебил Машу Гарри Поттер. - Я на одном диске фильм про это видел. Собираются компаниями, устраивают маскарад, наряжаются в ведьм, в чертей, в пустые тыквы горящие свечи вставляют. В темноте это, как удар по темечку: упасть и не встать...

- Кельты таким образом распугивали привидения, - пояснила Маша.

- Да это не важно, кого пугать, можно и друг друга, - подытожил Вован. - Значит, мы теперь - кельты?

- Заметано! - услышал он ответ.

Когда-то здесь буянили купцы...

Свое сообщество ребята назвали «Клан кельтов». Даже устав его разработали. Но оставался только один нерешенный вопрос: где отмечать день зимы. Впрочем, вскоре выход был найден. Знакомая Совы, домработница местного бизнесмена, Вера, которую недавно торжественно приняли в кельты, сообщила по секрету, что ее хозяева на неделю улетают в Узбекистан, и, если ребята пообещают соблюдать порядок, не мусорить и не бить посуду, то она может предоставить в их распоряжение целый особняк из 12 комнат. И сама к ним присоединится.

Дом этот в маленьком, вечно дремлющем городке в Нижегородской области, где жили ребята, как-то стороной обходили. Обнесенная высоким забором громада выглядела мрачно и неприветливо.

А у дома этого давняя, полуторавековая история. Построил его купец, который состоял в дальнем родстве со знаменитым миллионщиком Бугровым. И тоже пил по-черному и чудил не меньше. Мало того что голый бегал по улицам, пугая прохожих, или влезал на деревья, как обезьяна. Это были еще цветочки. Однажды в припадке гнева взял и задушил свою беременную жену. И тоже откупился. Владельцам заводов, газет, пароходов тогда, как, впрочем, и сейчас, многое прощалось.

Но как-то так получалось, что все хозяева этого дома кончали свою жизнь трагически. То повесятся, то умрут с перепоя, то, опять-таки по пьянке, упадут с лошади и свернут себе шею. Даже в советское время, когда в купеческий дом вселился доблестный райвоенкомат, тоже не обошлось без казуса. Случился пожар, погибла уборщица, бросившаяся спасать социалистические ценности. Они состояли из оцинкованного ведра и швабры.

После пожара дом этот восстанавливать не стали. Чуть ли не два десятка лет стоял он с пустыми глазницами окон, но мертвая тишина так и не обволокла его: ветер юрко, как мышь, постоянно проникал во все его закоулки, завывая в трубах дымоходов...

Но настали другие времена. Кандидат на должность начальника Освенцима выкупил пустующее здание вместе с землей и перестроил его, сделав из руин конфетку.

Плохое предзнаменование

Они собрались у Веры ближе к ночи. Каждый держал в тайне, какие страшилки он приготовил. Но вначале выпили пива, позубоскалили, красные яблоки и грецкие орехи - угощение для бога Солнца, зажгла свечу в подсвечнике, позаимствованном у хозяина дома. И стала читать что-то по бумажке.

Никто не понимал слов, что она произносила. Микки заглянул через ее плечо, но нечаянно опрокинул подсвечник. Ребята не знали, что это - крайне плохое предзнаменование.

Лицо, прижатое к стеклу

Они разошлись по комнатам, благо их было много. Но искрометной веселости не ощущалось. Ощущалось почему-то прямо противоположное: странная натянутость, напряженность, предчувствие какой-то угрозы и ожидание неизвестного. Словно кто-то или что-то крадется по коридорам, что-то безумное и страшное.

А за окном творилось что-то невообразимое. Погода словно сошла с ума. Ветер придавал дождю силу кнута, с силой колошматил в оконные стекла. И это были звуки ужаса, беды и тревоги.

Потом дождь перешел в снег. Резкие порывы ветра закручивали его в маленькие бешеные смерчи, которые с режущим уши воем проносились вдоль шеренги голых деревьев, неся с собой грязную ледяную мглу. И казалось, будто в полночь действительно наступит конец света, потому что за беспре-

шим зеркалом зеленые и

этом пламени Микки-Маус увидел глаза смерти.

Все это продолжалось всего лишь секунду - ту секунду, которая порой кажется длиннее жизни. Но Микки нашел в себе силы вернуться из страны шока.

- Эй, Гарри Поттер, - сказал он, подойдя поближе к окну. - Как ты туда попал? Там что - пожарная лестница?

Призрак исчез, растворившись в белой слепящей мгле. Это был не Поттер. И это пугало больше всего. Значит, кроме них, кельтов, здесь есть еще кто-то. Кто-то неведомый.

Кошка на метле

Вован в это время вставлял свечи в тыкву. Тыква, правда, была не взаправдашней, а пластиковой. Впрочем, какая разница! Лишь бы страшно было.

Предводитель кельтов набросил на себя белый балахон, сшитый из простыни, подошел к зеркалу. Интересно, как он выглядит в этом наряде?

Комната была полна теней и отблесков. Но зеркало отражало... не его. Откуда-то прорисовалась странная перспектива, которой на самом деле не было нигде, глубина, которая обманывала, пространство, уходящее в бесконечность. И - самое страшное - кто-то чужой, кто-то не из их компании пристально смотрел оттуда. Словно это был дух воздуха, обретший тело, но готовый тут же улететь.

Вован ничего не мог понять. На миг у него все перемешалось в мозгу. Он уже не знал, где подлинная действительность, а где виртуальность, то измерение, где он сейчас находится. И что-то не отпускало его, не давало сделать ни шага.

А зеркальное отражение менялось, как в калейдоскопе. Дух воздуха внезапно превратился в черную кошку. Она летела на метле, направляясь прямиком к Вовану. Еще мгновение - и кошка-ведьма укусила его за щеку.

Он вскрикнул от боли и замахнулся на нее тыквой. Но тут же ощутил, что в мгновение ока стал совсем другим человеком. Если вообще человеком. Если он ненароком не боднул бульдозер. По-

тому что Вован увидел в зеркале стремительно проявляющееся отражение какого-то монстра - с крыльями за спиной, с уродливыми когтями на лапах и... его лицом.

Наедине с упырем

Матрица раскрыла сумку. Она решила попугать ребят обычными петардами.

Но что-то было не так. Кто-то стоял сзади. Однако когда Маша резко обернулась, перед ней никого не было. Комната была пуста.

Но она явно слышала чье-то смрадное дыхание. Кто-то находился в этом безмолвном доме, и чувство нереальности происходящего охватило ее настолько, что Маша подумала, что балансирует, словно канатоходец, на проволоке смерти.

И тут она увидела его. Это был, несомненно, упырь. Такой, каким его изображали старинные гравюры. Он был безобразен. Он уже перешел смертную черту и вернулся, не принятый миром мертвых.

Упырь медленно двигался навстречу Маше. Смерть смотрела на нее из погасших глаз, близкая смерть, загадочная, непостижимая и безмолвная. И ужас парализовал девушку, оглушив, словно обухом топора.

А упырь, брызгая слюной, тянул к ней мерзкие, тонкие, словно вьюнки, обезображенные язвами руки. И тут Матрица неожиданно сообразила, что ей необходимо сделать. Она зажгла петарду и бросила ее в приближающееся чудовище...

Сова и ворон

В комнате, которую выбрала Сова, почему-то пахло мышами и нафталином. «Вот тебе и бизнесмен, - подумала она. - Даже кошку завести не может. Наверное, [illegible] статья расхода для его [illegible] слишком обременитель-

мозгу: вот сейчас, вот через минуту откуда ни возьмись выбежит человек в берете и крикнет: «Сцена снята!». Но этот человек не появлялся. «Ну, все, пора отправляться в дурдом на психовозке», - подумала Света и внезапно перенеслась в ту же самую комнату. Пламя камина опалило ей лицо, но в нем она уже не увидела голодные глаза смерти.

С огнетушителем на дракона

Ветер совсем озверел, когда Гарри Поттер стал облачаться в свой маскарадный костюм. Он, как всегда, соригинальничал: это был костюм скелета. Он даже кастаньеты захватил, чтобы вроде как костями время от времени постукивать.

Он так увлекся своим занятием, что не заметил, как в комнату неизвестно откуда проник пучок яркого света, ослепительный, узкий и направленный, как луч прожектора. Он бил с такой силой, что Гарри свалился со стула, не понимая, что на самом деле случилось.

А дальше его сопровождала тайна - прекрасная и пугающая. Он неожиданно перенесся в лето. Оно пахло цветами и пряными травами. В них пряталась луна, прохладная, как опал. Из лунного света струился непередаваемый аромат ночных фиалок.

Но что это или кто впереди? Почему так пышет огнем и нестерпимым жаром? Это дракон. Он выжигает не только траву и деревья вокруг. Он пришел позавтракать одной из берегинь. Он вселяет страх, который, в свою очередь, выжигает разум. Но нужно победить страх. И он, Гарри Поттер, идет с огнетушителем наперевес на битву с драконом...

> «Выпей, это кровь летучих мышей».

Последнее совещание

Они собрались вместе уже под утро. Бледные, с головной болью,

ЧЬЯ МЕТКА?

Сергея Кравцова из Волгоградской области природа наградила исключительными способностями.

Он обладает уникальным «нюхом на смерть», а также может внушать и читать мысли на расстоянии. Многие события прошлой и будущей жизни телепат видит во сне.

Необычные способности у Сергея Кравцова проявились еще в раннем детстве. Катаясь с друзьями на ледяной горке, он неожиданно сказал одному из товарищей: «Ты сегодня с разбитым носом уйдешь...». Мальчик, которому была адресована фраза, в конце концов сильно ударился о лед лицом.

В 17-летнем возрасте Кравцов стал проводить необычные опыты с колодами карт. Как-то в поезде Сергей, решив удивить попутчиков, предложил необычную игру: «Пусть кто-нибудь из вас дотронется до карты и положит обратно в колоду. Я смотреть не буду, но ее угадаю. Дайте только понюхать руку того, кто к ней прикасался». На удивление самого Сергея, фокус удался на славу.

Сергей даже пытался зарабатывать на своем необычном таланте. Он садился в поезд и предлагал пассажирам поиграть с ним. Выиграет - ему платят пять рублей, проиграет - отдает десять. В девяти из десяти случаев обоняние не подводило Кравцова. За несколько часов он мог заработать пятьсот рублей.

По мнению Кравцова, идеальные условия для угадывания карты или любого другого предмета - закрытое помещение. «Помехи» вызывают ветер и состояние похмелья. А вот туалетная вода и духи не мешают работе, наоборот, они только усиливают личный запах человека.

Сергей обладает и другими те-

Нюхач

Телепат предсказал смерть друга по запаху

Оказалось, что давно, еще до рождения Сергея, там бил родник, но потом пересох. Они с отцом добрались до того места, и Кравцов безошибочно указал ложбинку, где раньше журчала вода. Именно в своих снах он увидел женщину, с которой потом познакомился и взял в жены. Часто ему снятся события еще не наступившего дня. Все сновидения сбываются.

Также Сергей Кравцов пода-

собности, он все чаще ошибается. По этой причине пришлось отказаться от своих фокусов в поездах. Теперь он зарабатывает [illegible] на жизнь тем, что шьет обувь. Односельчане считают Сергея Кравцова колдуном, поэтому относятся с крайней настороженностью.

Что руководит 45-летним мужчиной, хорошее обоняние или исключительная интуиция, не может точно ответить даже сам телепат

...и ворон

В комнате, которую выбрала Сова, почему-то пахло мышами и нафталином. «Вот тебе и бизнесмен, - подумала она. - Даже кошку завести не может. Наверное, эта статья расхода для его бюджета слишком обременительна».

Зато здесь пылали дрова в камине, было тепло и даже как-то уютно. И в то же время беспокоило что-то неуловимое, преследовала какая-то тревога, витающая в воздухе, заставляющая что-то дрожать внутри.

«Я не хочу, чтобы оно дрожало», - строго сказала себе Света. Но оно словно назло продолжало дрожать, выводя из душевного равновесия. И в этом была какая-то своя, особая правда. Правда, которую она не могла понять.

Сова быстро огляделась, словно убеждаясь, что мебель по-прежнему стоит там, где ей надлежало стоять. Но ее окутало какое-то густое облако, разумом овладел беспокойный сумрак неясных сновидений. Она как будто поплыла в невесомости, в пустоте, не имея возможности сфокусировать зрение и слух, собрать разбегающиеся в разные стороны мысли. И она совершенно не понимала, где находится. Словно до этого пролежала в анабиозе целую вечность.

Но неожиданно в голове стало проясняться. Света ощутила себя птицей. Если конкретно - совой. И вот - приземление откуда-то из глубины времен. Рядом - черный ворон, какое-то мифическое существо.

- Почему у тебя такие большие глаза, бабушка? - спрашивает он.

- Чтобы лучше видеть тебя, - отвечает Света.

- Нет, это чтобы ты лучше рассмотрела свою смерть, - говорит ворон.

- Я еще слишком молода для того, чтобы умереть.

- Ты всего лишь человек, а люди умирают...

И он протянул ей тонкую ликерную рюмочку:

- Выпей, это кровь летучих мышей.

Время лениво отсчитывало секунды. Одна только мысль раскаленным гвоздем торчала в

...это кровь летучих мышей».

...пришел позавтракать одной из берегинь. Он вселяет страх, который, в свою очередь, выжигает разум. Но нужно победить страх. И он, Гарри Поттер, идет с огнетушителем наперевес на битву с драконом...

Последнее совещание

Они собрались вместе уже под утро. Бледные, с головной болью, со смутными воспоминаниями о празднике зимы, Хэллоуине. И с массой вопросов, на которые не было ответа.

Из всего кельтского сообщества только Вера не пережила ничего такого. Но ее не было в то время, когда Матрица совершала свой обряд. Не было у нее и маскарадного костюма. Закономерность это или случайность?

Спорили долго.

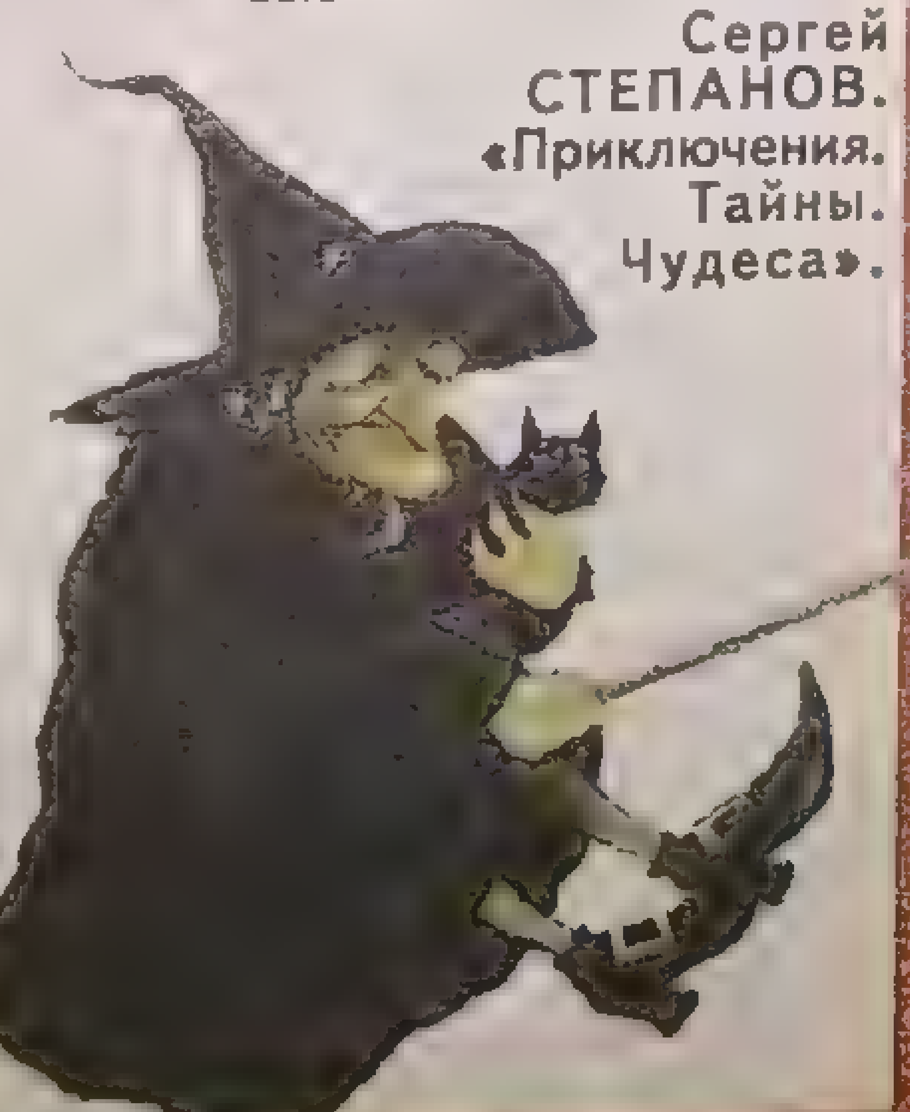
- Наверное, мы неправильно вызывали духов, - сказала Матрица. - Вот они нам и отомстили.

- Может быть, во всем этот дом виноват? - высказал предположение Микки Маус. - Тут ведь и убивали когда-то, и грабили. Вот и бродят среди ночи привидения с головой под мышкой...

- Мы слишком широко распахнули ворота в другой мир, - поделилась своими соображениями Сова.

- А я думаю, братцы-хватцы, тут все не так, - не согласился с друзьями Вован. - Просто мы, пытаясь испугать других, оживили в себе то, чего сами больше всего боимся. Вот и появились всякие-разные монстрики с крылышками. Мы сами их к жизни вызвали...

Сергей СТЕПАНОВ.
«Приключения. Тайны. Чудеса».



...девяти из десяти случаев обоняние не подводило Кравцова. За несколько часов он мог заработать пятьсот рублей.

По мнению Кравцова, идеальные условия для угадывания карты или любого другого предмета - закрытое помещение. «Помехи» вызывают ветер и состояние похмелья. А вот туалетная вода и духи не мешают работе, наоборот, они только усиливают личный запах человека.

Сергей обладает и другими телепатическими способностями. К примеру, он может внушать, а также читать мысли на расстоянии. Чувствует, когда его обманывают. «Часто бывает, что я знаю даже вопрос, который мне хотят задать. Недавно пришел сосед. Не успел и рта раскрыть, как я достал ключ 12/14 и дал ему - тот лишь удивился, ведь действительно пришел за этим инструментом», - признается Сергей.

Дьявол подталкивает телепата к греху.

Кроме того, ему снятся вещие сны. Однажды Сергею приснилось, как он выходит из своей деревни и идет к овражку мимо кладбища. Среди деревьев видит маленького старичка с длинной белой бородой. Поговорить со старцем Кравцову не удалось, но место он запомнил и на следующее утро рассказал отцу.

Оказалось, что давно, еще до рождения Сергея, там бил родник, но потом пересох. Они с отцом добрались до того места, и Кравцов безошибочно указал ложбинку, где раньше журчала вода. Именно в своих снах он увидел женщину, с которой потом познакомился и взял в жены. Часто ему снятся события еще не наступившего дня. Все сновидения сбываются.

Также Сергей Кравцов полагает, что у него есть специфический «нюх на смерть». Так, в 1984 году он предсказал скорую гибель своего близкого друга Николая. В одной из бесед Кравцов неожиданно сказал приятелю: «Брось, Колек, свою работу - помрешь ты на ней». Друг только отшутился, а Сергей не стал настаивать на своем предсказании.

Разговор состоялся 2 мая, а всего через неделю Николай погиб, отравившись на рабочем месте химикатами. С тех пор Сергей старается не говорить людям подобных вещей, считая, что несказанное исполнится наполовину, а сказанное - на все сто.

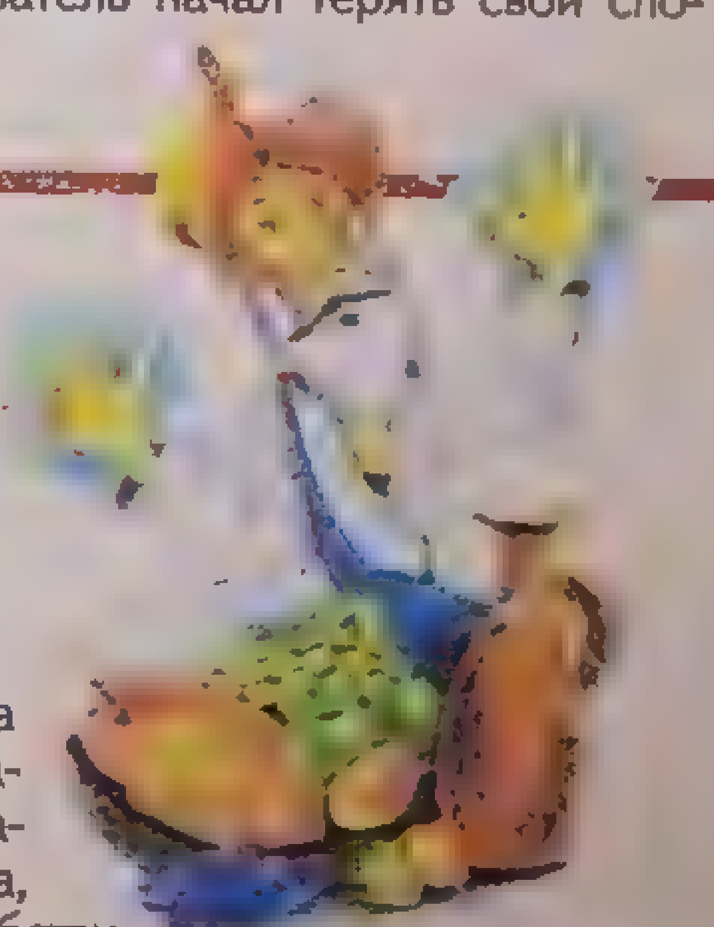
Однако в последние годы предсказатель начал терять свои способности, он все чаще ошибается. По этой причине пришлось отказаться от своих фокусов в поездах. Теперь он зарабатывает себе на жизнь тем, что шьет обувь. Односельчане считают Сергея Кравцова колдуном, поэтому относятся с крайней настороженностью.

Что руководит 45-летним мужчиной, хорошее обоняние или исключительная интуиция, не может точно ответить даже сам телепат. Врач-психиатр Ксения Магницкая считает, что нельзя отвергать подобные факты. Их природа пока непонятна, но это не означает, что таких людей надо объявлять больными. Просто они открыли в себе такие свойства мозга, о которых наука имеет слабое представление. Непонимание людей, подобных Кравцову, - очередное доказательство консерватизма современной науки.

Православная церковь также не отрицает возможности подобных явлений, однако, полагает, что в каждом конкретном случае необходимо разбираться отдельно. Дело в том, что необычные способности даются человеку не просто так, а в виде испытания. Дьявол таким коварным способом искушает мирянина и подталкивает его к греху.

Лилия СУБИН.
www.pravda.ru

Пятерня на службе у экологии



«Спросите у жителей Индии, Пакистана или арабских стран: можно ли есть руками? - писала недавно одна из пекинских газет. - Любой из них скажет, что ни ложка, ни вилка, ни палочки не сравнятся по удобству еды с руками...» Что это: первоапрельская шутка или очередная кампания по борьбе с «тлетворным» влиянием Запада?

Ни то ни другое. Сие диковатое для цивилизованного мира утверждение продиктовано... заботой об охране природы. В Китае всерьез обеспокоены тем, что использование традиционных для его жителей одноразовых деревянных палочек приводит к варварскому истреблению лесов.

В самом деле на производство 45 миллиардов пар палочек, которые ежегодно требуются населению страны, расходуется более полутора миллионов кубометров древесины, для чего приходится вырубать 25 миллионов деревьев.

©«Чудеса и приключения»

Психотерапевты высокой ква-квалификации

Один из наиболее популярных сегодня способов расслабиться и сбросить накопившееся за день напряжение, грозящее перерасти в серьезное нервное расстройство, - это прослушивание дома «голосов природы». Последней новинкой здесь стал диск, на котором записано кваканье лягушек.

Подготовивший его к выпуску преподаватель музыки в румынском городе Галаце Лучан Корлецыну не без оснований утверждает, что «концерты» этих земноводных прекрасно снимают стрессы, избавляют от депрессивных состояний и лечат половые расстройства.

©«Чудеса и приключения».

КУНСТКАМЕРА

В 1986 году врач Дитмар Мюллер обнаружил в краеведческом музее небольшого городка Вальденбурга заспиртованного уродца из кунсткамеры XVIII века: среди прочих экспонатов хранился недоразвитый плод человека-курицы.

Человек-курица

Заинтригованный доктор Мюллер принялся за раскопки в архивах и выяснил следующее. В 1735 году в саксонском городке Тауха у супругов Андреаса и Иоханны-Софии Шмидт должен был родиться четвертый ребенок.

Матери было 28 лет, отцу - 38. На восьмом месяце у Иоханны-Софии случились преждевременные роды. Когда родился ребенок, родители пришли в ужас. Он скорее был похож на курицу, чем на человека. В семье подрастало трое здоровых, нормальных детей, и вдруг такой уродец!

Врач Готлиб Фридеричи из Лейпцига увековечил для потомства уродливое тельце ребенка и поместил его в банку со спиртом, а затем подробно описал уникальный случай в трактате, получившем на латыни название «редчайший человеческий монстр». Подробное описание плода завершила фраза врача: «Грядущие поколения медиков, которые будут знать больше нас, разгадают эту загадку природы».

Однако и спустя 250 лет тайна человека-курицы не раз-

А есть еще и люди-часы, люди-змеи...

вочка. В свое время Готлиб Фридеричи ошибся, решив, что перед ним мальчик.

«Водонепроницаемые» индейцы

В амазонской сельве обитает удивительное племя «водонепроницаемых» индейцев такейра. Специалисты считают, что у людей, живущих вдали от цивилизации, на коже образовалось особое покрытие, которое позволяет им выжить в условиях влажных лесов. Вода просто стекает с них, и можно вылить на них тонны воды, но кожа и волосы останутся абсолютно сухими - это проверено десятки раз.

В 1988 году французский врач Жак Толборн во время путешествия по реке Харуа в каноэ впервые обнаружил «водонепроницаемое» племя. Доктор вынужден был остановиться в индейском селении из-за сильного ливня. Толборн обратил внимание на то, что, несмотря на ливень, люди

Естественный вопрос: что это такое? Очередная «ошибка природы» или проявление не менее загадочной генной памяти? Тогда чья это кровь, не имеющая ничего общего с человеческой?

«Бриллиантовые» слезы Ханумы

В Северной Африке, от Касабланки до Каира, никто не дает информацию о Хануме, опасаясь за ее судьбу.

Девочка Ханума от рождения и до первого знакомства с сырым луком не проронила ни слезинки: веселый и уживчивый ребенок просто не имел поводов для слез. А когда однажды, помогая матери, она вдруг заплакала над очищенной луковицей, родители буквально остолбенели: из глаз девочки не закапали, а буквально посыпались твердые, как рисовые зерна, слезинки.

Испугавшись происков шайтана, отец с матерью поклялись никому не говорить о приключившемся несчастье. Родители молчали долгие годы. Но затем отец, ювелир по профессии, начал изучать слезы Ханумы. Вскоре он обнаружил, что они достаточно твердые, легко поддаются огранке и совершенно прозрачны. К тому же они играют на солнце и дают такой блеск, на который способен не каждый алмаз. Слезинки пошли в дело.

Украшения, сделанные из них, шли нарасхват. Отец хранил тайну как мог, пока слезинки не попали в руки пытливого человека, определившего, что «бриллианты» - пластмасса, полученная неведомым способом.

Про феноменальный случай узнали ученые, которые до сих пор не могут разгадать тайну слез Ханумы. *Девочка говорит, что слезы ей не мешают, затвердевают только на ресницах, но не прилипают ни к ним, ни к коже и совершенно не вредят зрению.*

Человек-часы

В Калифорнии в научно-исследовательском центре наблюдали 42-летнего Фрэнка Уайта. Это

латыни название «редчайший человеческий монстр». Подробное описание плода завершила фраза врача: «Грядущие поколения медиков, которые будут знать больше нас, разгадают эту загадку природы».

Однако и спустя 250 лет тайна странного человека-курицы не разгадана. Рентгеновские снимки и компьютерные программы, сделанные доктором Мюллером, не прояснили причины появления на свет уродца.

Члены «Синдром-клуба» (Берлин), где собираются видные эксперты по аномалиям в организме человека, не смогли найти этому разумного объяснения. Список анатомических аномалий в данном случае огромен: у плода сильно увеличена печень, череп имеет клевероподобную форму, нет ушей, крохотная нижняя челюсть, необыкновенной длины пальцы на руках и ногах, ногти скорее напоминают когти и, наконец, невиданных размеров сердце.

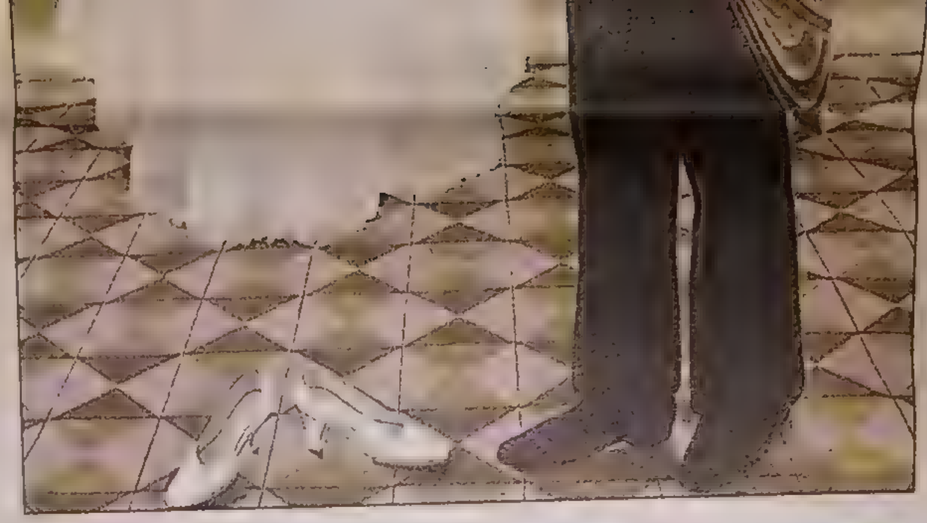
Ученым Берлина и Гейдельберга, занимающимся генным анализом, пока удалось установить только пол человека-курицы. Это девочка.

Лишний глаз у молодого человека находится на левом виске.

Феномен третьего глаза

Китайские офтальмологи обследовали 25-летнего жителя провинции Фуцзянь, наделенного от природы тремя глазами.

Феномен (третий из описанных в науке) обнаружил доктор Чжэн Ичсун, проводивший профилактическое обследование нескольких групп инвалидов.



Лишний глаз у молодого человека, имя которого не сообщается, находится на левом виске и внешне не отличается от остальных двух. Есть зрачок, веко, бровь, слезная железа. Но сам глаз незрячий. По свидетельству родных, юноша вообще плохо видит с рождения.

Человек-змея с нечеловеческой кровью

Служащий террариума Сингх-Абу заметил, что укус кобры он перенес на удивление легко и даже не почувствовал жжения. Повторив опасный эксперимент с гюрзой, убедился, что змеиный яд ему нипочем. Сообразительный Сингх-Абу стал зарабатывать большие деньги, бродя нагишом среди кишащих в стеклянной клетке гадов, где его по нескольку раз кусали самые опасные змеи.

Врачи обратили на него внимание и взяли на анализ кровь. Вскоре они обнаружили, что яд кобры распадается в ней и превращается в питательный компонент. Дальнейшее изучение крови привело врачей в полное замешательство, поскольку она не принадлежала ни к одной из существующих ныне групп, а ее состав и свойства аналогов на Земле не имеют.

узнали ученые, которые до сих пор не могут разгадать тайну слез Ханумы. Девочка говорит, что слезы ей не мешают, затвердевают только на ресницах, но не прилипают ни к ним, ни к коже и совершенно не вредят зрению.

Человек-часы

В Калифорнии в научно-исследовательском центре наблюдали 42-летнего Фрэнка Уайта. Это уникальный человек: у него никогда не было часов, он и так точно знает, который час, и определяет время с точностью до секунды. Фрэнка Уайта можно разбудить ночью, и он назовет время, будто хронометр у него в голове. Инженера-электрика Уайта отправили в центр, войдя в который, он определил с точностью, что настенные часы в холле спешат на 52 секунды. И оказался прав.

Точное определение времени, по словам Фрэнка Уайта, происходит само собой, без всяких усилий с его стороны. Он никогда не носил наручные часы, но всегда приходил точно к назначенному времени. «Очень может быть, что этот человек даст медикам новый ключ к пониманию внутренних временных циклов человека», - говорит доктор Уильям Шектер.

www.x-files.org.ua

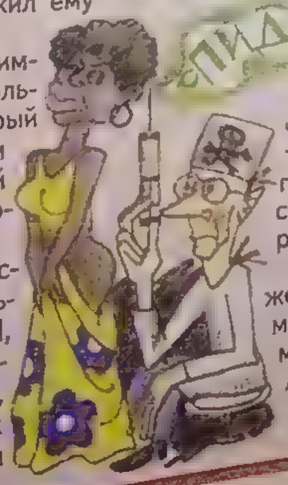
Больной СПИДом излечился сам

25-летний Эндрю Стимпсон из Лондона, который был диагностирован с вирусом ВИЧ, через год оказался абсолютно здоров.

Стимпсон не проходил никакого лечения от ВИЧ. Отдел Национальной службы здравоохранения лондонского района Челси и Вестминстер, где были проведены анализы, предложил ему пройти дополнительную проверку.

Что думает о происшедшем сам Стимпсон? «В мире 34,9 миллиона людей больных ВИЧ, и я лишь один человек, который смог контролировать вирус, выжить и избавиться от него, - говорит бывший пациент. - Для меня это просто невероятно».

Стимпсон рассказал газетам, что после того, как ему сказали о положительном результате анализа на наличие ВИЧ, у него развилась депрессию и даже хотел покончить жизнь самоубийством. Правда, потом убедил себя хорошо и в лекарствах не нуждался. 14 месяцев спустя врачи предложили ему пройти анализ на наличие ВИЧ еще раз, и в этот раз результат оказался отрицательным. Стимпсон потребовал компенсации, однако ему объяснили, что процедура анализа была выполнена по всем правилам и ошибки быть не могло.



Специалист по СПИДу доктор Патрик Диксон из международной группы Acet, занимающейся исследованиями в этой области, сказал, что случай Стимпсона «очень, очень необычный». «Я встречал сообщения о подобных случаях в Африке, некоторые из них, кстати, совсем недавние, однако их трудно проверить, - сказал он телеканалу Би-би-си. - В данном же случае все очень хорошо задокументировано».

По его словам, случай Стимпсона важен тем, что «внутри его иммунной системы, возможно, находится ключ, который может помочь нам в выработке какой-либо вакцины от СПИДа».

News.Battery.Ru

КСТАТИ

Светящаяся девушка

Нгуен Тхи Нга проживала в маленькой вьетнамской деревушке Антхэонг уезда Хоанан, в провинции Биньдинь. Сначала в деревне не происходило никаких особенных событий. Сама Нгуен ничем не отличалась - обычная девушка, училась в школе, помогала родителям, собирала с подружками лимоны и апельсины на окрестных плантациях.

Но однажды она легла спать, и от ее тела стало исходить яркое свечение. Большой нимб обволок голову, а от рук, ног и туловища в разные стороны расходились золотисто-желтые лучи. Наутро перепуганные родители повели Нгуен к местным целителям. Те проделали какие-то манипуляции, однако все было тщетно.

Тогда родители повезли дочь в больницу в Сайгоне. Там Нгуен положили на обследование, но никаких отклонений в здоровье у нее не обнаружили. Вскоре девушку осмотрел известный в тех местах знахарь Тханг. Она рассказала ему, что это свечение не приносит ей никакого беспокойства, волновал лишь сам непонятный факт.

Целитель выяснил, что происшествие случилось на второй день нового года по лунному календарю, а, по поверьям, это считалось самым благоприятным временем для благодати Всевышнего. Девушка оказалась отмеченной Небом.

К Нгуен вернулось душевное спокойствие. А свечение осталось. Как и загадка...

Конец света наступит в 2050 году

Неужели мы оказались в точке невозврата?

МРАЧНЫЙ ПРОГНОЗ

В докладе WWF Living Planet Report изложены пять возможных сценариев развития планеты Земля.

По самому худшему сценарию, получившему название «Все как всегда», апокалипсис наступит в 2050 году, пишет La Stampa. Доклад составлен при сотрудничестве с лондонским обществом Zoological Society и учеными Global Footprint.

Ученые сделали печальный вывод о том, что экологический коллапс близок и многие могут стать свидетелями самой серьезной катастрофы в истории человечества, более масштабной по сравнению с предшествующей, когда погибали микроорганизмы и гигантские животные.

Последний тревожный сигнал о будущем планеты поступил 9 октября, когда исследовательский центр США Global Footprint Network установил факт «экологического дебета», т.е. жители Земли поглощают больше ресурсов, чем планета в состоянии производить. Если мы будем продолжать истощать недра, загрязнять воду и воздух, вырубать леса и опустошать моря с такой же скоростью, как сейчас, меньше чем за полвека не останется того, что можно было бы сжигать, отравлять и использовать для пропитания, путешествий и развлечений.

«В период с 1970 по 2003 годы, - говорится в докладе, - живых существ стало на 31% меньше». Это означает, что биоразнообразие - многообразие всех сосуществующих вместе организмов - сокращается. США, Финляндия и ОАЭ находятся в самом начале списка экологических разрушителей.

«Такого упадка никогда раньше не наблюдалось», - утверждают ученые, говоря о состоянии планеты, хотя она пережила пять массовых истреблений, в период

100 ЛЕТ НАЗАД

Северное сияние... над Киевом

Более ста лет назад, на исходе 1899 года, повсюду люди ждали... конца света. Задолго до объявленного рока по рукам разошлась тоненькая книжечка предсказаний профессора Рудольфа Фальба.

Профессор предрекал полное разрушение Земли от страшного удара, нанесенного кометой Биэлы. К 1 ноября 1899 года страсти накалились донельзя. По миру прокатилась волна паники, сопровождавшаяся погромами и самоубийствами. Евреи посылали своих жен в синагоги молиться, рабочие отказывались трудиться, магометане устраивали религиозные процессии, причем творили всякие бесчинства.

В России жили по старому стилю, поэтому волна паники накрыла людей 14 ноября. Как раз в этот день над Минской губер-

бодрствующего населения с любопытством и даже тайным страхом рассматривали необычное небесное явление. Слышались толки об ожидавшейся в последние дни комете, которая должна была столкнуться с Землей. Но вместе с исчезновением яркой стрелы улеглось и волнение, и обыватели мирно разошлись по своим домам».

В Киеве тоже видели комету и желали знать, что это такое. Корреспондент газеты «Киевлянин» обратился за разъяснениями к профессору астрономии М.Ф. Хр

Что посеяло жуткую панику?

«В период с 1970 по 2003 годы, - говорится в докладе, - живых существ стало на 31% меньше». Это означает, что биоразнообразие - многообразие всех сосуществующих вместе организмов - сокращается. США, Финляндия и ОАЭ находятся в самом начале списка экологических разрушителей.

«Такого упадка никогда раньше не наблюдалось», - утверждают ученые, говоря о состоянии планеты, хотя она пережила пять массовых истреблений, в период между 444 и 65 миллионами лет назад, когда последняя катастрофа привела к гибели тираннозавров и трицератопсов.

Но на этот раз речь не идет о вине человека и его безмерном расходовании ресурсов. Не случайно лауреат Нобелевской премии Пауль Крутцен назвал нашу эру «антропоценом». Если раньше геологи давали названия, характеризующие эволюцию Земли, то этот термин обозначает новую эру - полностью искусственную и технологическую.

Вот почему, предупреждают ученые, мы оказались в точке невозврата. Города, электростанции и жилища, которые мы строим в настоящее время, затягивают страны в процесс сверхпотребления, хотя мы должны ориентировать наше поколение и будущие поколения в направлении экосовместимой реальности, при которой нам будет достаточно одной Земли.

www.mignews.com

Землян греют по-черному

Сокращение выбросов сажи и копоти в атмосферу замедлит темпы глобального потепления. Так считают ученые из Института космических исследований НАСА имени Годдара Джеймса Хансен и Лариса Назаренко. В своем докладе они указывают, что содержащаяся в воздухе сажа оседает на поверхности Земли, уменьшая отражательную способность снега и льда.

Вместо того чтобы возвращать в атмосферу солнечное излучение, они поглощают его. В результате снег, лед и вечная мерзлота начинают таять весной все раньше. Кроме того, сажа заставляет ледники разводить сырость при более низкой температуре. И как следствие - средние ежегодные температуры у земной поверхности повышаются.

Копоть - пылеобразный побочный продукт, выделяющийся при неполном сгорании ископаемого топлива органического происхождения - тоже вносит весомый вклад в изменение климата. Ее максимальная концентрация наблюдается в Индии и Китае, где повсеместно в качестве источника энергии используется уголь, а также в странах Европы и Северной Америки, с их нефтяным приоритетом.

©«Чудеса и приключения».

Евреи посылали своих жен в синагоги молиться, рабочие отказывались трудиться, магометане устраивали религиозные процессии, причем творили всякие бесчинства.

В России жили по старому стилю, поэтому волна паники накрыла людей 14 ноября. Как раз в этот день над Минской губернией вспыхнуло небо. «Нам сообщают, что в час ночи на 14 ноября на небосклоне показалась комета», - писал «Минский листок». В первый момент все небо было охвачено как будто заревом пожара, в этом свете малопомалу начал выделяться огненный круг, который, постепенно увеличиваясь в диаметре, достиг громадных размеров. В середине круга появилась огненная зияющая точка, через несколько минут образовался хвост кометы, которая вскоре скрылась с небосклона. Все это продолжалось не более 10-15 минут.

На следующую ночь еще более фантастическая картина зажглась над Киевской губернией. Люди в ужасе молились, думая что «комета» вот-вот врежется в Землю.

«Вчера в 12 часов ночи житомирцы наблюдали невероятное зрелище, - сообщила газета «Волынь». - На юго-восточной стороне неба появилась длинная узкая, в виде стрелы, ярко освещенная полоса. Она представлялась как бы состоящей из двух частей прерванной посередине тонкой линией. В центре частей заметны были по два более светлых продолговатых ядра, ближе к зрителю освещенных ярче. При внимательном наблюдении казалось, что ядра то сжимаются, то расширяются наподобие колец червя. Под этой яркой стрелой ближе к горизонту расстилалось зарево, как будто от пожара, скрытое под тонким флером облаков. Эту светящуюся стрелу можно было наблюдать приблизительно в течение часа, затем она постепенно потухла, пока совсем не исчезла с горизонта. Вместе с нею пропало и зарево. В разных концах города кучки обывателей мирно разошлись по своим домам».

В Киеве тоже видели комету и желали знать, что это такое. Корреспондент газеты «Киевлянин» обратился за разъяснениями к профессору астрономии М.Ф. Хандрикову. Профессор заявил, что это вовсе не комета, а отблеск пожара на окраине города.

Что посеяло жуткую панику?

Тут же посыпались сообщения из мест, удаленных от Киева за десятки и сотни верст, то есть из краев, откуда было невозможно видеть киевский пожар. «В 12.20 ночи на 15 ноября на небе было видно светящееся тело, - писал очевидец. - С появлением кометы стало, можно сказать, светло. Народ с большим волнением ожидал, что комета упадет на Землю».

Письма шли из сел Липовецкого уезда, с линии юго-западных железных дорог, из Белой Церкви и десятков других мест. Кое-где была видна не только огненная стрела. С границы Киевской и Подольской губерний сообщали, что вблизи этого явления замечено было падение двух метеоров, из которых один казался довольно большим.

Очевидец с Верхнячского сахарного завода писал: «С уверенностью могу сказать, что явление изображало из себя полосу. Было бы очень интересно, если бы кто-либо объяснил это, но только не пожаром. На противоположной стороне небесного свода можно было некоторое время видеть также что-то, напоминающее комету, но только явление это было довольно коротко».

Другой специалист, имя которого история не сохранила, сказал, что это было северное сияние. На вопрос, почему же оно наблюдалось на юге, он заявил: «Это было местное северное сияние».

Несмотря на красочность и точность рассказов очевидцев, объяснить увиденное ими так и не удалось.

www.x-files.org.ua

ПО СЛЕДУ

«Я видел живого мамонта!»

Существует предание, что в 1581 году воины знаменитого покорителя Сибири Ермака видели огромных волосатых слонов в дремучей тайге.

Проводники объяснили Ермаку, что берегут этих «слонов», так как это «нз» - неприкосновенный запас мяса на случай, если из тайги исчезнут другие промысловые животные. Марийский исследователь Альберт Москвин также не раз общался с людьми, которые видели шерстистых слонов. Вот что он пишет: «Обда (марийское название мамонта), по словам очевидцев, раньше встречался чаще, чем теперь, стадом в 4-5 голов».

Внимания заслуживают также показания военных летчиков, перегонявших в 1944 году американские самолеты с Аляски через Сибирь. Во время перелета они заметили с воздуха стадо громадных горбатых животных с загнутыми бивнями. Из-за обледенения машин высота полета была небольшая, и летчики отчетливо видели темную густую шерсть на животных. Двигались они гуськом в глубоком снегу.

На всем протяжении Сибири до Берингова пролива до сего дня бытуют верования о косматых колоссах с нравами подземных жителей.

У эскимосов, населяющих азиатский берег пролива, мамонт известен под именем «килу крук», то есть «кит по имени Килу». Согласно легенде, этот кит повздорил с морским чудовищем Аглу и был выброшен на сушу, но оказался слишком тяжелым и погрузился в землю. С тех пор он по-

Неужели в Сибири и сегодня живут эти гиганты. Но где?

шаманы считают, что дух гиганта - наравне с существующими животными - является хранителем души. Таким образом, шаман, в которого вселился дух мамонта,

Имя сего зверя «мамунт», а по-китайски «хишу»...»

В трактате XVIII века «Зеркало маньчжурского языка» также

«На Севере живет

кой тундре бродят лохматые рыже-бурые слоны, повелел собирать «вещественные доказательства» их существования, послав на Север первую в мире научную экспедицию за мамонтами.

Одно из последних сообщений в прессе о том, что российские геологи в Сибири видели живых мамонтов, появилось в 1978 году.

«Было лето 1978 года, - вспоминает бригадир старателей С. Беляев, - наша артель мыла золото на одном из притоков реки Индигирки. В самый разгар сезона произошел интересный случай. В предрассветный час, когда солнце еще не взошло, вблизи стоянки вдруг раздался глухой топот. Вскочив на ноги, мы с удивлением уставились друг на друга с немым вопросом: «Что это?» Как бы в ответ с речки послышался плеск воды. Мы, схватив ружья, крадучись стали пробираться в ту сторону.

Когда обогнули скалистый выступ, нашим глазам предстала прямо-таки невероятная картина. На речном мелководье стояло около десятка бог весть откуда взявшихся... мамонтов. Огромные лохматые животные не спеша пили студеную воду. Около получаса мы как заворожденные глядели на

Символу мира объявили войну

Терпение властей и жителей г.Йоханнесбурга (ЮАР) лопнуло, и они решили избавиться от голубей. Особенно «достали» эти птицы работников коммунальных служб. Дело в том, что голубиный помет наносит непоправимый вред фасадам домов в исторической части города.

Чтобы не навлечь на себя гнев экологов, отцы города надумали использовать в борьбе с голубями, завезенными из Европы, коренных жителей — соколов. Первый специальный насест для них будет сооружен на крыше 43-этажного здания Центра Конференций.

Предполагается, что кроткие сизари не осмелятся появиться там, где гнездятся пернатые хищники. Если эксперимент окажется удачным, то владельцам других зданий тоже придется поселить на крышах соколов и обеспечить им достойные условия существования.

Самые большие мастера пародии

О способностях многих птиц подражать звукам живой и неживой природы известно давно. Но, оказывается, этим даром наделены и... слоны. Вот два примера, подтверждающие такой вывод зоологов.

Сотрудники кенийского слонового заказника Амбосели обратили внимание на поведение молодой слонихи по кличке Малаика. Гуляя недалеко от шумной автострады, животное внимательно прислушивалось к звукам автомобильных сигналов, а потом пыталось их воспроизводить, причем удивительно похоже - в том числе ритма, с той же

ных жителей.

У эскимосов, населяющих азиатский берег пролива, мамонт известен под именем «килу крук», то есть «кит по имени Килу». Согласно легенде, этот кит повздорил с морским чудовищем Аглу и был выброшен на сушу, но оказался слишком тяжелым и погрузился в землю. С тех пор он поселился под вечной мерзлотой, где роет себе ходы мощными бивнями.

У чукчей мамонт олицетворяет носителя злого духа и также живет под землей, где перемещается по узким коридорам. Когда человек встречает торчащие из земли бивни, он должен сразу же выкопать их. Тогда колдун лишится силы и не спрячется снова под землей, чтобы разносить зло. Рассказывают, что однажды несколько чукчей заметили два клыка, выглядывающих из земли. Они поступили согласно заветам предков и выкопали вслед за ними живого мамонта, что позволило их племени всю зиму питаться свежим мясом.

Юкагиры, живущие за полярным кругом, упоминают в своих преданиях мамонта под именем «хольхут». Некоторые здешние шаманы считают, что дух гиганта – наравне с существующими животными – является хранителем души. Таким образом, шаман, в которого вселился дух мамонта, считается несравненно более сильным, чем обыкновенный служитель культа.

У якутов и коряков, населяющих берег Охотского моря, можно услышать подобные легенды о некой гигантской крысе, которую зовут «маманту», то есть «та-что-живет-под-землей». Рассказывают, что маманту не выносят дневного света. Как только они появляются из-под земли, гремит гром и сверкает молния. Они же служат причиной подземных толчков и землетрясений.

Китайский посланник Тулишен, проехавший через Сибирь в Россию, сообщал в 1714 году императору: «А находится в сей холодной стране некоторый зверь, который, как сказывают, ходит по подземелью, и как скоро солнце или теплый воздух до него коснется, то он умирает. Имя сего зверя «мамунт», а по-китайски «хишу»...»

В трактате XVIII века «Зеркало маньчжурского языка» также можно обнаружить эхо сибирских легенд: «На Севере живет подземная крыса феншу, то есть «крыса льдов».

«На Севере живет подземная крыса феншу, то есть «крыса льдов».

Это огромное, подобное слону животное, которое живет только под землей и умирает, как только покажется наверх и его коснутся солнечные лучи.

Попадаются феншу, которые весят до 10 тысяч фунтов. Крыса льдов и ледников живет глубоко на Севере, под вечными снегами. Ее мясо можно есть. Шерсть ее имеет длину в несколько ступней. Из нее можно ткать ковры, противостоящие сырому воздуху».

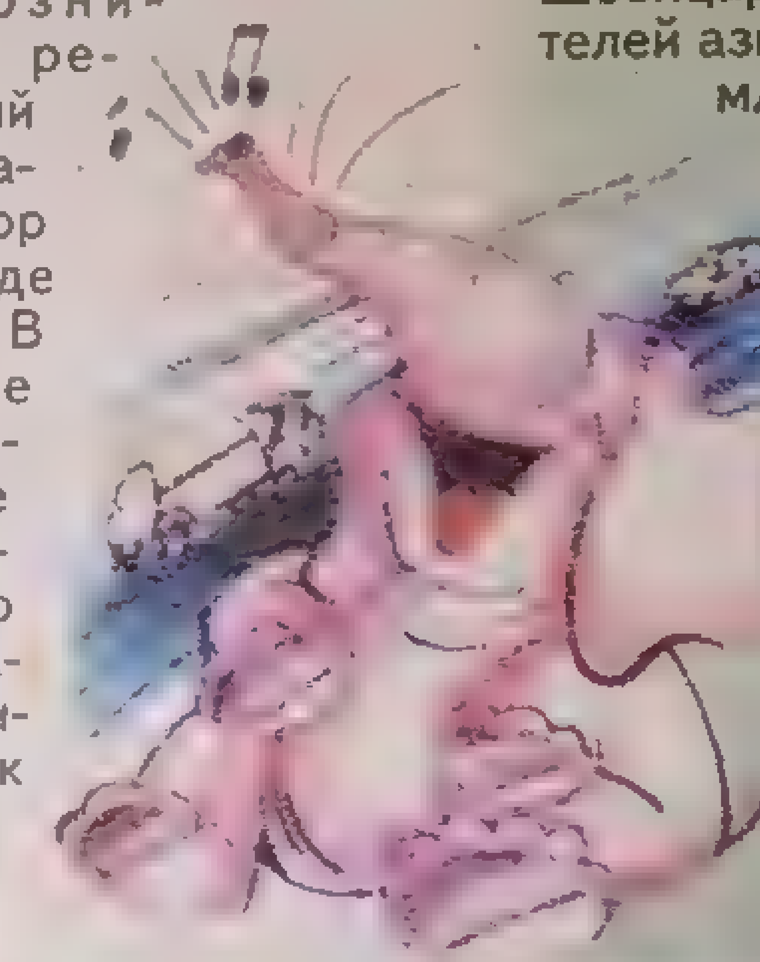
Петр I, узнав, что в Сибирс-

сторону.

Когда обогнули скалистый выступ, нашим глазам представилась прямо-таки невероятная картина. На речном мелководье стояло около десятка бог весть откуда взявшихся... мамонтов. Огромные лохматые животные не спеша пили студеную воду. Около получаса мы как завороженные глядели на этих сказочных исполинов. А те, утолив жажду, чинно друг за другом углубились в лесную чащу...»

Возникает резонный вопрос: если мамонты до сих пор существуют, где они прячутся? В хвойной тайге пищи не найдешь. Другое дело – по долинам рек и около озер. Или в самих озерах! Фантастика? Это как посмотреть...

www.anomalia.kulichki.ru



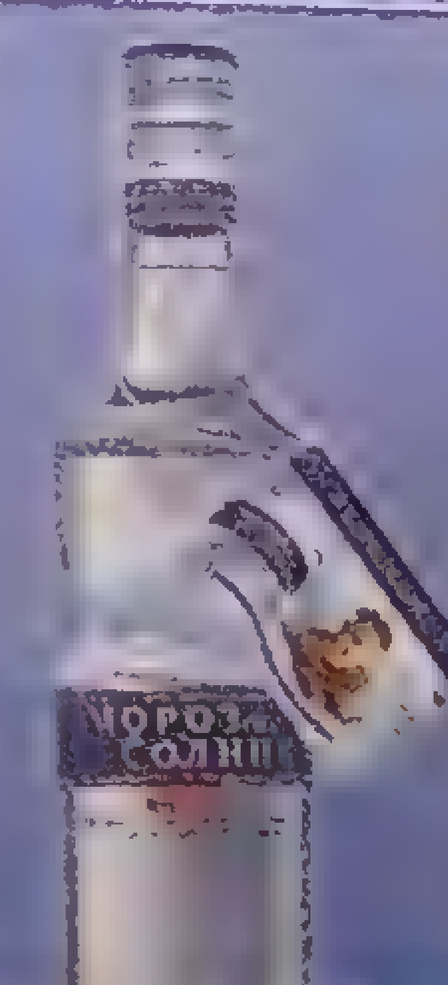
Сотрудники ... слонового заказника Амбосели обратили внимание на поведение молодой слонихи по кличке Малаика. Гуляя недалеко от шумной автострады, животное внимательно прислушивалось к звукам автомобильных сигналов, а потом пыталось их воспроизводить, причем удивительно похоже – в том же ритме, с той же интенсивностью.

Еще больше удивил слон Калимеро, который всю жизнь прожил в одном из зоопарков Швейцарии среди представителей азиатского подвида этих млекопитающих. И Калимеро выучился «без акцента» общаться со своими сородичами, которые «разговаривают» между собой с помощью звуков, отличающихся по тембру от слоновьего «африканского диалекта».

©«Чудеса и приключения».

Чтобы согреться – охлади до 8–10° С!

...кулинарного искусства Вильям Похлебкин в своем труде под названием «История водки»
...настоящая водка пьется при температуре 8–10 °С».



1 ОХЛАДИТЕ БУТЫЛКУ «МОРОЗ и СОЛНЦЕ»

2 ПРИЛОЖИТЕ КАРТУ ТЕРМОПОЛОСОЙ К БУТЫЛКЕ

3 УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ... ОПТИМАЛЬНАЯ ...

4 ПОЧУВСТВУЙТЕ КОНТРАСТ ПОЛНОТЫ ВКУСА ВОДКИ «МОРОЗ и СОЛНЦЕ»!

Традиционно русский контраст

ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Не будите барабашек

Почему мирная бытовая техника вдруг с визгом выскакивает в окно?

ПРОДЕЛКИ ШУМНОГО ДУХА

Если вы проснулись утром, а холодильника нет - это совсем не значит, что вас ограбили. Возможно, в доме появился полтергейст.

И не от сырости он завелся, а от постоянных ваших ссор, скандалов и выяснений отношений. Потому что, как выяснили уфологи, «шумный гость» предпочитает семьи с затаенными внутренними конфликтами.

Летающие девочки

Как свидетельствует история, случаи полтергейста наблюдались еще 600 лет назад. Дворец некоего короля Теодориха I внезапно подвергся атаке камней, летевших неизвестно откуда. Тогда думали, что это кара Господня, о явлении полтергейста заговорили лишь с января 1905 года.

А в 1967 году в Розенгейме, Германия, в конторе одного адвоката в течение нескольких недель происходили всякого рода странные вещи. Электрические лампочки резко поворачивались в патронах, фотокопировальные устройства брызгали краской на бумагу. Наиболее странно вел себя телефон. Из-за бесчисленных звонков по одному и тому же номеру, который в действительности никто не набирал, адвокату был предъявлен солидный счет от телефонной компании. Единственным клиентом были... говорящие часы.

В ходе многих случаев полтергейста наблюдались

Ловцы домовых

Энфилдский случай с летающими девочками был, пожалуй, самым громким в истории полтергейста. Современные барабашки намного безобиднее, но развелось их видимо-невидимо. В России - Москве и Питере - даже специальные группы «скорой помощи по ликвидации полтергейста» созданы. Ну прямо как в Англии «охотники за привидениями»! Поступает вызов: «Алло! Приезжайте скорее - домовой разбушевался!», и команда «скорой помощи» тут же выезжает по указанному адресу. Конечно, в большинстве случаев оказывалось, что заявители психически больны и просто бредят, но было и другое.

К примеру, одна женщина позвонила и рассказала, что по ее комнате вдруг ни с того ни с сего

утверждают, что все эти духи материальны, только состоят из какой-то особой материи, например микролептонов. Зато чудеса, сотворенные невидимками, и уж тем более причиненные ими разрушения вполне конкретны.

Один харьковский барабашка выкидывал через окно банку с вареньем, причем стекла оставались целыми, а банка не разбивалась об асфальт. Другой домовой затолкал в сосуд с узким горлышком килограммовую гирю, а пластиковую бутылку из-под пепси-колы начинил... будильником, игрушкой и еще массой разных вещей.

В Крыму барабашки вообще озверели. Несколько лет назад подожгли дом феодосийца, в керченской квартире полный разгром устроили, а недавно пожарные обнаружили женщину без лица в одном из крымских сел. Несчастная упала лицом на электроплитку и погибла. Причем ее сосед уверял, что довел до такого конца покойницу полтергейст: мол, давно она жаловалась на внезапно раскаляющиеся стены, открывающийся газовый баллон и загорающуюся электроплитку.

Наверное, «шалости» полтергейста зависят все-таки от его характера: одни на бубне играют, другие квартиру поджигают и головы хозяевам проламывают. Одного такого злюку «охотникам за привидениями» удалось вытянуть на разговор, и он признался, что когда-то давно убил старушку, забрал у нее все сбережения и жил на них долго и счастливо, ни разу не пожалев о содеянном (прямо достоевщина какая-то!). Раскаяние пришло после смерти, и теперь дух мается и не может накопить энергию, чтобы наконец оторваться от земли. А энергию-то он берет у людей, отчего и доводит их до белого каления. В общем, договориться с этим раскольниковым пока не удалось - бедные хозяева квартиры так и ходят с дуршлагами на головах.

ных звонков по одному и тому же номеру, который в действительности никто не набирал, адвокату был предъявлен солидный счет из телефонной компании. Этим номером были... говорящие часы.

Среди многих случаев полтергейста, которые наблюдались в разных странах мира, один из наиболее драматичных произошел в Англии. Начиная с августа 1977 г. и по сентябрь 1978 года самые агрессивные из всех зарегистрированных вспышек полтергейста довели до отчаяния семью, живущую в небольшом доме в Энфилде, на севере Лондона. Диваны и другие громоздкие предметы беспорядочно двигались у них по комнате, какая-то непонятная сила поднимала в воздух и заставляла летать дочек-подростков. Причем эти события закончились так же быстро, как начались.

Бедные хозяева квартиры так и ходят с дуршлагами на головах.

К примеру, одна женщина позвонила и рассказала, что по ее комнате вдруг ни с того ни с сего стала летать посуда. Бригада немедленно отправляется в коммуналку, из которой уже успели сбежать все соседи. И действительно, буквально на глазах у «охотников» из сушилки одна за другой бодро выскакивали тарелки! В итоге с Яшей - так звали домового - был установлен контакт. Парень оказался довольно добрым и совестливым. Сломав хозяйке будильник, начал сам регулярно жужжать над ухом в 7 утра, а еще помог сделать расчеты к дипломному проекту!

А другой домовой, Вася, помогал хозяйскому сыну делать уроки и даже ходил с ним в школу. Он рисовал на листках бумаги модель Вселенной, причем

изобразил Вася ее в образе всевидящего гигантского ока, заключенного в шар с исходящими от него лучами. А еще он говорил писклявым голоском и даже играл на детском бубне под песни «Любэ».

Хозяева часто видели, как этот бубен сам по себе бьется об пол в такт музыке. А вот самого Васю не видели. Хотя когда фотограф из группы «скорой помощи» «щелкнул» пустую комнату и проявил снимок, на нем оказался метровый черный шар. На других фотографиях появляются столбы света, иногда хозяева видят мохнатые или голые когтистые лапки.

Большинство специалистов *и жил на них долго и счастливо, ни разу не пожалев о содеянном (прямо достоевщина какая-то!). Раскаяние пришло после смерти, и теперь дух мается и не может накопить энергию, чтобы наконец оторваться от земли. А энергию-то он берет у людей, отчего и доводит их до белого каления. В общем, договориться с этим раскольниковым пока не удалось - бедные хозяева квартиры так и ходят с дуршлагами на головах.*

Не психуйте!

Полтергейст, по мнению ученых, это вовсе не мистические «чудики с ножками», а аномальное и даже экстрасенсорное проявление психики человека. Проще говоря, накопились у человека плохие эмоции, а он их подсознательно выплеснул на ни в чем не повинные пылесос с утюгом. В результате мирная бытовая техника с визгом выскакивает в окно или вспыхивает пионерским костром. Вот вам и весь барабашка.

Юлия ИСРАФИЛОВА.
www.1k.com.ua

КОМПЕТЕНТНОЕ МНЕНИЕ

Черный альпинист

Оказывается, жутковатые легенды о Летучем голландце или прикольное повествование о Черном дембеле из нашумевшей комедии «ДМБ» - совсем не плод досужей фантазии.

Эти явления, как считает **кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Белорусского госуниверситета Екатерина АГЕЕНКОВА**, не что иное, как архетипический символ смерти.

Уже более 20 лет Екатерина Кузьминична исследует то, что в народе принято называть «чертовщиной». В частности, специализировалась на НЛО и полтергейсте. Неоднократно участвовала и в международных экспедициях в разные аномальные зоны, в том числе в знаменитую Пермскую.

- Екатерина Кузьминична, и вы серьезно уверяете, что Черный дембель, Черный альпинист существуют?

- Как архетипический символ

Надо ли верить во всякую чертовщину?

смерти. Наше подсознание содержит информацию о будущем и, являя этот образ, предупреждает о грядущей опасности. Вот послушайте, что произошло со мной и моими друзьями в горах Кавказа. Однажды мы прошли огромное расстояние под сильным снегопадом. Силы были на пределе у каждого, но все же решили преодолеть еще один перевал. И вдруг я услышала чуть поодаль «чужие» шаги. Оглянулась - стоит фигура в черной штормовке с капюшоном на голове. Через несколько секунд она исчезла. Пошли дальше - и чуть не погибли: мокрые, уставшие, по пояс в снегу и под ледяным ветром, мы могли запросто замерзнуть. А ведь предупреждение было...

- Нетрудно догадаться, что и полтергейст « по жизни» имеет мало общего с одноименным сериалом. В чем же, на ваш взгляд, секрет летающих кастрюль?

- С физической точки зрения полтергейст имеет полевую природу и «поселяется» в тех квартирах, где накапливается много статики. Обычно это происходит при возникновении «стоячей волны», когда накладываются друг на друга электромагнитные колебания от трамвайных путей, метро, завода или другого источника. В результате сами собой зажигаются лампочки, разлетаются вдребезги чашки, падают торшеры. Под воздействием «стоячей волны» у жильцов таких квартир могут возникнуть разные параноические наклонности - навязчивые идеи, галлюцинации. Например, в каждом углу чудится «барабашка». Что, безусловно, только усугубляет общую картину.

Однажды извлекли такого «барабашку» из вентиляционного отверстия - обычный кусок картона, который стучал на сквозняке. Подобных примеров - множество.

- Газеты ныне пестрят объявлениями типа «сниму (а значит, надо полагать, и «наведу») порчу...». А спрос, как известно, рождает предложение. Неужели среди нас так много «испорченных» людей?

- Среди нас много слабых людей, верящих в разную чертовщину. Ни один колдун не сможет причинить вам вреда, если вы не пойдете у него на поводу. К тому же уровень современных магов чрезвычайно низкий. Я была знакома с одним «магом-универсалом» с богатой клиентурой, который брался колдовать хоть на здоровье и успех, хоть на порчу и смерть - в частности, посредством так называемого астрального карате. Я попросила его - это было лет 15 назад - в качестве эксперимента навести смертельную порчу на меня. Трудились он и его ученики, нанося «сверхмощные» удары по моему «астральному телу». Как видите, жива-здорова.

www.x-libri.ru

ГЛАЗАМИ ОЧЕВИДЦА

Гуманоиды стянули сигареты...

В 1988 году, примерно в течение месяца, жители Ставрополя наблюдали неопознанные летающие объекты.

Свидетелями полета тарелки стали жители одного из домов на улице Космонавтов. Другой НЛО «отдыхал» на пустыре, где сегодня располагается рынок «Юго-западный»...

Корреспонденту «СМ» удалось пообщаться с женщиной, которая вживую контактировала с непрошеными гостями. О том, что с ней произошло в восьмидесятые, она вспомнила лишь спустя 20 лет.

С Ириной Образцовой я познакомилась у своей подруги. Ей около пятидесяти, работает начальником ПТО в одной из воинских частей Ставрополя. Разговорились. Новая знакомая спросила:

- А вы смотрите программы, где ищут пропавших людей?

Услышав утвердительный ответ, продолжила:

- Куда могут деваться эти люди? Вышел из дома человек в магазин или гараж и... пропал. Да, главное, исчезают в основном крепкие и здоровые! Некоторые находятся и... ничего не помнят. А я точно знаю, что нужны они инопланетянам.

Ежегодно в мире бесследно и безвозвратно исчезает свыше 5 млн. человек.

Такая уверенность заставила более внимательно отнестись к ее словам. Рассказ Ирины поражал.

- Было это в восемьдесят восьмом году. С мужем мы снимали две комнаты в частном доме

«После встречи с НЛО я стала видеть прошлое».

людей. Я умею рисовать, но не могу описать краски костюмов, в которых они были. Я долго искала цвет - ближе к бирюзовому, со снегом и хрустящие... но шуршания никакого не было, как в плазме. И... все заходят в комнату. Я вполне даю себе отчет, что происходит, пытаюсь даже понять: мужчины это или женщины. Удивило, что ноги без ступней. Они высокого роста, под два метра, и ощущение, что очень сильные. Но сказать, что красивые, с широкими плечами - нельзя, похожи на пластилиновую массу, как дети лепят.

Проходят мимо меня в другую комнату. А я хочу спросить: зачем через окно? Онемел язык! И все, как в сказке - хрустальная гробовая тишина. Я села на кровать, состояние, как будто плаваю. Перед кухней стояла швейная машинка «Зингер», а рядом с машинкой на батарее лежали мои сигареты «Наша марка» и мужа - три бло-

- Окно на месте, закрыто.

На другой день я еще могла рассказать о произошедшем, а потом этот случай будто стерли в моей памяти. Только недавно в подробностях вновь вспомнила эту странную историю.

- Что еще странного?

Ира задумалась:

- Да привыкла я уже к этому, иногда вижу то, что другие не видят, но не будущее, а наоборот - прошлое.

- Со знакомыми как-то раз забрели на раскопки Татарского городища, - продолжает свой рассказ Ирина, - походили, посмотрели, а, когда пришла пора возвращаться, вижу, как бы в воздухе - много, много кистей рук, и руки эти покачиваются из стороны в сторону. Спросила у знакомого:

- Ты ничего не видишь необычного?

- Да нет.

А на той неделе хоронили сына моей подруги, двадцатилетний мальчик трагически погиб от рук убийцы. Место на кладбище было рядом с бабушкой, похороненной несколько лет назад. Но места немного, рядом другие могилы, поэтому умершего подзахоронили поближе к бабушкиному гробу. Когда тело опускали в могилу, я «увидела» бабушку, она была в белой блузке и черном костюме. Женщина как бы повела плечом, чуть освобождая место для внука. Поинтересовалась у подруги: а как она одела свою маму после смерти?

- Ну как... она же учительница была - в строгий черный костюм и белую блузку.

- А-а, - протянула я...

За комментарием корреспондент «СМ» обратился к директору ростовского Центра прикладной эниологии Виктору Рогожкину:

- Подобный факт, у

здоровые! Некоторые находятся и... ничего не помнят. А я точно знаю, что нужны они инопланетянам.

Такая уверенность заставила более внимательно отнестись к ее словам. Рассказ Ирины поражал.

в мире бесследно и безвозвратно исчезает свыше 5 млн. человек.

- Было это в восьмьдесят восьмом году. С мужем мы снимали две комнаты в частном доме по ул. Сочинская. Рядом, в нескольких минутах ходьбы, - Холодный родник. В тот зимний вечер мы с супругом не поладили. Слово за слово. Я возьми и скажи - не трогай меня сейчас, пойди погуляй, а я побуду одна. Он понял мое состояние и вышел. Расстелила я кровать, а сама думаю, наверное, муж в троллейбусе катается, вот еще пару кругов сделает и явится... часам к двенадцати. И вдруг створки окна бесшумно открылись каким-то странным образом. В комнату входят люди... по одному, много все, как в сказке - хрустальная гробовая тишина. Я села на кровать, состояние, как будто плаваю. Перед кухней стояла швейная машинка «Зингер», а рядом с машинкой на батарее лежали мои сигареты «Наша марка» и мужа - три блока «Примы». Так тот, который шел вторым, забрал их. Просто дотронулся, и они исчезли. Потом за пальцы меня взял один из них своими щупальцами, как жвачкой, мягко, как прилип. Понимаю, что уводят из дома, а зима на улице. За холодильником стояли галоши, попросила:

- Дайте хоть галоши надеть.

Повели на Холодный родник. Теперь я уже впереди шла, а они сзади, ощущение, что подталкивали. Дошли до родника, смотрю, тарелка их стоит такого же цвета, как и костюмы пришельцев, и как бы висит немного в воздухе, никаких окон, и тут трап без ступенек выдвинулся, и мне нужно по нему подняться. Совсем неожиданно подумала о ссоре с мужем и попыталась им объяснить:

- Не могу так вот уйти, я сегодня с мужем поссорилась... помириться с ним должна. Только произнесла эти слова - все! Ощущаю себя дома, лежащей на паласе, посреди квартиры. Входит муж, гладит меня по щеке:

- Иришка, что с тобой?

Придя в себя, стала рассказывать ему о происшествии. А он:

- Ир, у тебя крыша не поехала?

Но когда глянул на обледенелый край ночной рубашки и полные галоши снега, стоявшие при входе, понял, что говорю правду. На привычном месте не было сигарет. Тут же вспомнила, как инопланетяне брали «Приму»:

- Вася, они же забрали твои сигареты! А окно?

За комментарием корреспондент «СМ» обратился к директору ростовского Центра прикладной эниологии Виктору Рогожкину:

- Подобный факт, увы, не единичен. По данным английского уфологического центра, ежегодно в мире бесследно и безвозвратно исчезает свыше 5 млн. человек. Эти «похищения» имеют ротационный, выборочный характер.

Мы не единственная цивилизация в этом мире. Причем контакты регистрируются в большей степени в конце десятилетий, как и в этом случае.

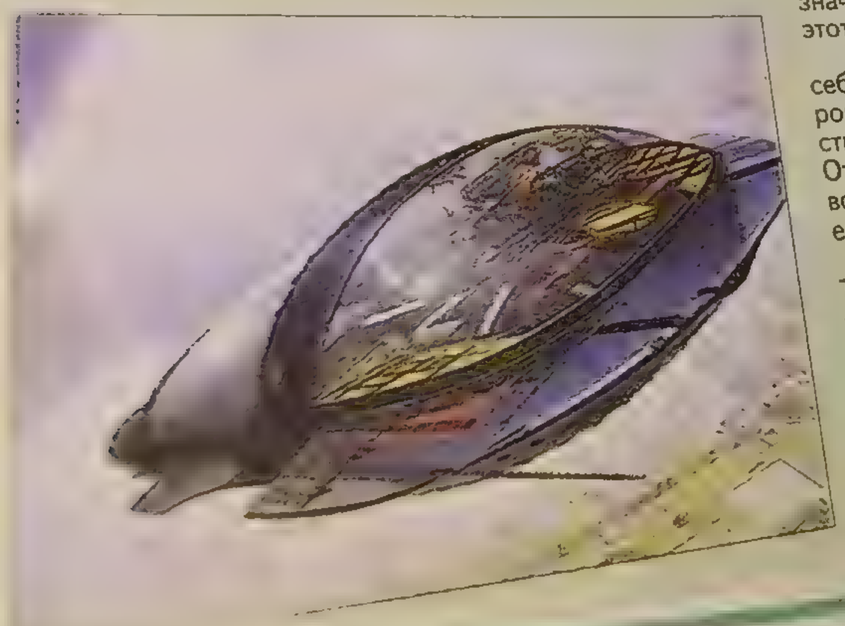
©«Ставропольский меридиан». www.x-libri.ru

КСТАТИ

Объект летел, как падающий лист

На берегу Таганрогского залива местный видеооператор Алексей Хорошайло бывает регулярно. Ейская коса традиционное место празднования свадеб. В тот день Алексей приехал сюда снимать очередной визит молодоженов.

Алексей Хорошайло, видеооператор: «Мы подъехали сюда встретить молодоженов, мне водитель говорит, смотри, катер на воздушной подушке. Я взял камеру, сделал увеличение, смотрю, явно не катер и не на воздушной подушке. Очень высоко над горизонтом было и имело странную форму».



53 секунды - именно столько длится эта видеозапись. Объект дискообразной формы движется над морем на расстоянии примерно 4 километров от берега. Затем в центре появляется вспышка, и светящаяся точка отделяется и уходит по дуге в небо. Руководитель местной телекомпании Юрий Строганов является членом международной организации Mufon.

Государственная уфологическая сеть США 40 лет ведет мировой мониторинг аномальных явлений. Десятки раз просматривая видеозапись, объект пытались сравнить и с кораблем, и с самолетом, даже звонили военным - ответ однозначен: никаких испытаний в акватории залива в этот день не проводилось.

Юрий Строганов, уфолог: «Объект сам по себе, его движение, особенно дрожание из стороны в сторону, метод падающего листа присутствует в международных характеристиках НЛО. Отделение или отстрел объекта с поворотом говорит в пользу того, что объект не является военной технологией».

Сейчас эти кадры готовят к отправке в США. Там специалисты уфологического центра попытаются выяснить происхождение объекта. Сам Алексей сегодня жалеет только об одном - ему не удалось снять момент исчезновения неизвестного объекта. Впрочем, радуется и другому: то, о чем слышал сотни раз, наконец увидел своими глазами.

www.tvc.ru

...И украли целую деревню

В южноамериканских Андах в ноябре 2001 года произошло массовое (более 200 человек) похищение людей «летающим блюдцем», но перуанские власти до недавнего времени ничего не сообщали о нем.

Реальность этого уникального случая подтверждена независимым расследованием, которое провела группа авторитетных западных экспертов-уфологов. Жертвами похищения стали жители маленькой горной деревни Памбота. Однажды кто-то из крестьян соседнего поселения приехал в Памботу и с удивлением обнаружил, что она пуста.

Допустим, мужчины могли все вместе уйти на какие-то работы в окрестностях. Но в деревне не было вообще никого: ни стариков, ни женщин, ни детей. Крестьянин прождал до самого вечера, но никто так и не появился. На следующий день он с несколькими односельчанами опять наведался в деревню, однако она оставалась пустой.

Лишь спустя 16 дней в горах на расстоянии 160 км от Памботы были обнаружены все ее исчезнувшие жители - 113 мужчин, 87 женщин и 60 детей. Люди были ошеломлены и перепуганы. Они не знали, где находятся, и не представляли, как им вернуться домой. Жители деревни рассказали, что были взяты на борт большим летающим кораблем (больше их родной Памботы), который перед похищением три ночи подряд появлялся, сияющий огнями, в их местности. А утром на четвертый день все вдруг уснули мертвым сном.

По словам врачей, выезжавших для обследования жертв похищения, жители деревни вели себя вполне адекватно и были психически здоровы.

Где они провели больше двух недель и что с ними делали в это время, похищенные не знали. Поэтому ни медики, ни эксперты-уфологи не смогли выдвинуть каких-либо версий относительно этого загадочного случая.

www.anomalia.kulichki.ru

Женское лицо на Марсе

ПО СЛЕДАМ ЛЕГЕНДЫ

Европейский зонд Mars Express сделал новые снимки марсианской поверхности.

Не послание ли это земным братьям?

На них запечатлен один из самых интригующих районов Красной планеты под названием «Сидония» в области Терра Арабиа. В 1976 году американский аппарат Viking передал снимки этой области - и операторы на Земле с изумлением обнаружили на них женское лицо. Не послание ли это марсиан земным братьям?

Вопрос напрашивался, ибо мы сами неоднократно посылали в космос различные изображения, которые должны были донести до братьев по разуму информацию, которая раскрыла бы им особенности нашей цивилизации. Каменистые структуры вокруг загадочного лица интерпретировались как подобие гигантских марсианских пирамид вроде египетских. Женское лицо по этой логике стали называть марсианским сфинксом. Фантазии не было предела...

Женское лицо стали называть марсианским сфинксом.

Сто лет назад, когда царила полная уверенность, что на Марсе живут братья по разуму, рождались грандиозные проекты, как послать им сигнал. Предлагалось сделать гигантские просеки в Сибири и засеять их пшеницей, прорыть в Сахаре каналы, залить их нефтью и поджечь. Все надо было исполнить с таким расчетом, чтобы из космоса был виден треугольник, иллюстрирующий теорему Пифагора. А марсиане, взглянув в телескоп, поняли бы, что на Земле тоже не дураки живут.

Наука доказала иллюзорность этих надежд. Марс сформировался 4,6 млрд. лет назад, на нем была отличная атмосфера, он был подлинным эдемом среди планет Солнечной системы. Но атмосфера была погублена в результате бесконечных бомбардировок астероидами и кометами. Земля в 10 раз больше Марса - это ее спасло. О разумной жизни на Марсе серьезные ученые сегодня не говорят.

И все равно в женское лицо на Марсе так хочется верить, что аргументы в пользу того, что это изображение не более чем причудливая игра света и тени, оптимистов не разубеждают. Лик космической Аэлиты стал одним из самых распространенных космических мифов. Уфологи не успокоились даже в 1998 году, когда американский Mars Global Surveyor передал снимки района Сидония высокого разрешения, на которых был явственно виден природный характер скалистых образований, по которым бежала солнечная тень.

Снимки Mars Express отличаются еще более высоким разрешением - легендарное лицо можно рассмотреть в трехмерном ракурсе. Сделать снимки было непросто: два года это не удавалось из-за плотного тумана и пылевых бурь. Ученым все ясно, но легенда будет жить.

Сергей ЛЕСКОВ.
www.inauka.ru
Коллаж Елены КУДИНОВОЙ.

Исковерканный радиотелескоп

Едва ли не самым убедительным фактом, подтверждающим существование неопознанных летающих объектов, является налет инопланетян на радиотелескоп Рэнд-Уилсон, расположенный неподалеку от Йоханнесбурга в Южной Африке. Произошло это 18 марта 2001 года. По свидетельству очевидцев, ночью, в два часа тридцать минут, с неба ударил пульсирующий голубой луч, который превратил 82-метровую ажурную конструкцию в груду искореженного металла.

Его воздействие, очевидно, было силовым или гравитационным, но определенно не тепловым, потому что металл не оплавился от высокой температуры. Причем все коммуникации в радиусе четверти мили сгорели оттого, что в них возник слишком сильный наведенный ток.

- Можно только гадать, чем мы могли спровоцировать недовольство инопланетян.

www.anomalia.kulichki.ru

ТАЙНА «АПОЛЛОНА-11»

Секреты полета на Луну

Спустя 37 лет после первой пилотируемой посадки в истории человечества на Луну стали известны новые подробности полета американских астронавтов.

В документальном фильме «Аполлон-11»: нерассказанная история» повествуется о том, что США, желая продемонстрировать свое преимущество над русскими в эпоху холодной войны, запустили лунную экспедицию с грубыми нарушениями мер безопасности.

Неуверенность в благополучном исходе лунной кампании была настолько велика, что для тогдашнего президента Ричарда Никсона заранее подготовили послание, в котором говорилось, что астронавты Нил Армстронг, Эдвин Олдрин и Майкл Коллинг трагически погибли. Также существовала сек-

неизвестный летающий объект. «Там было нечто на достаточно близком для наблюдения расстоянии», - говорит он. По словам Олдрина, позже NASA засекретило факт контакта. Однако некоторым радиолюбителям на Земле удалось перехватить радиообмен между астронавтами и NASA. Спустившись на лунную поверхность, Армстронг сказал, что увидел сильный свет, исходивший из одного из кратеров.

Связь резко прервалась, но не по причине того, что ее отслеживали десятки людей, находившихся дома. *«Кто они? Кто они? Вы можете сказать, кто они?* - спрашивали Армстронг и Олдрин. - О господи, нам не поверят. Мы здесь, с нами все в порядке, но у нас визитеры. Я вам говорю, что здесь другие космические корабли, и все они выстроились по краям кратера».

А недавно стало известно, что исчезли 698 из 700 пленок с высококачественной записью посадки миссии «Аполлона-11» - все пленки, кроме двух, пропали из Национального архива США.

различные изображения, которые братьев по разуму информацию, которая раскрыла бы им особенности нашей цивилизации. Каменистые структуры вокруг загадочного лица интерпретировались как подобие гигантских марсианских пирамид вроде египетских. Женское лицо по этой логике стали называть марсианским сфинксом. Фантазии не было предела...

Женское лицо стали называть марсианским сфинксом.

марсиане, взглянув в телескоп, поняли бы, что на Земле тоже не дураки живут.

Наука доказала иллюзорность этих надежд. Марс сформировался 4,6 млрд. лет назад, на нем была отличная атмосфера, он был подлинным эдемом среди планет Солнечной системы. Но атмосфера была погублена в результате бесконечных бомбардировок астероидами и кометами. Земля в 10 раз больше Марса - это ее спасло. О ра-

Global Surveyor передал снимки района Сидония высокого разрешения, на которых был явственно виден природный характер скалистых образований, по которым бежала солнечная тень.

Снимки Mars Express отличаются еще более высоким разрешением - легендарное лицо можно рассмотреть в трехмерном ракурсе. Сделать снимки было непросто: два года это не удавалось из-за плотного тумана и пылевых бурь. Ученым все ясно, но легенда будет жить.

Сергей ЛЕСКОВ.
www.inauka.ru
Коллаж Елены КУДИНОВОЙ.

Комета упадет на Землю

УГРОЗА ИЗ КОСМОСА

Сенсационное открытие сделал российский ученый-астроном Николай Федоровский.

Согласно его расчетам и наблюдениям, к Земле приближается мегакомета, которая вот-вот упадет на нашу планету.

Объект ученый обнаружил в конце августа, он перемещался по параболоидной траектории с подозрительно большой скоростью. Приблизительные расчеты скорости показали, что небесное тело претендует как минимум на астероид.

Николай Федоровский связался с Киевской обсерваторией, однако там не подтвердили и не опровергли факт приближения астероида к Земле. «Про Тунгусский метеорит тоже никто ничего не знал, а потом он благополучно упал в Сибири», - пишет Николай Федоровский.

«Мало кто знает, что кометы разной крупности регулярно проходят на минимальном расстоянии от Земли. Проходят незамеченными - мало ли какая мелочь летает вокруг планеты. Взять

хотя бы Швассманна-Вахманна в 95-м году», - отмечает Федоровский.

Интересная подробность. В 1986 году американцы засекли астероид гигантского размера, удаляющийся по траектории от Земли. Недолго думая американские ученые рассчитали траекторию, только не «вперед», а «назад». Получилось очень любопытно. Ориентировочно осенью 1844 года эта комета должна была неминуемо встретиться с нашей планетой.

Совершенно непонятно, что отвело астероид от Земли. Однако в некоторых исторических документах того времени описано «огненное тело», наблюдаемое в небе над Европой. Расположение космических тел и их траекторий в том далеком году, которое рассчитали американцы, очень похоже на нынешнюю диспозицию планет.

Более тысячи метеоритных потоков пересекают орбиту Земли и представляют реальную угрозу жизни на планете. На эту проблему обращают внимание участники V Международного аэрокосмического конгресса.

«Считается, что в Солнечной системе 2 млн. астероидов размером более 50 метров. Из них обнаружено только 4 тысячи. Следят же за еще меньшим количеством», - констатировал специалист.

«Для создания системы обнаружения и уничтожения астероидов, состоящей из наземной системы обнаружения, а также американской и евразийской системы перехвата, потребуется 2-3 млрд. американских долларов и 5-7 лет работы», - заявил он. Создание такой системы - актуальнейшая необходимость, ведь современный мир весьма уязвим, а комета или астероид могут столкнуться с Землей в любой момент.

www.vz.ru

астронавтов.

В документальном фильме «Аполлон-11»: нерассказанная история» повествуется о том, что США, желая продемонстрировать свое преимущество над русскими в эпоху холодной войны, запустили лунную экспедицию с грубыми нарушениями мер безопасности.

Неуверенность в благополучном исходе лунной кампании была настолько велика, что для тогдашнего президента Ричарда Никсона заранее подготовили послание, в котором говорилось, что астронавты Нил Армстронг, Эдвин Олдрин и Майкл Коллинг трагически погибли. Также существовала секретная директива, согласно которой все контакты с астронавтами в случае аварии прекращались.

В фильме рассказывается и о конкретных критических моментах, в которых оказывались астронавты. Например, когда Олдрин и Армстронг должны были покинуть Луну, неожиданно отвалился выключатель, запускавший двигатель. Тогда Олдрин взял обычную авторучку, вставил в гнездо и использовал ее в качестве выключателя.

Фильм повествует также об инциденте во время посадки. Из-за неполадок в бортовом компьютере лунный модуль значительно отклонился от курса. После посадки топлива оставалось всего на 15 секунд полета.

Один из астронавтов 76-летний Олдрин рассказал в интервью, что во время полета они видели

Связь резко прервалась, но не по причине того, что ее отслеживали десятки людей, находившихся дома. «Кто они? Кто они? Вы можете сказать, кто они? - спрашивали Армстронг и Олдрин. - О господи, нам не поверят. Мы здесь, с нами все в порядке, но у нас визитеры. Я вам говорю, что здесь другие космические корабли, и все они выстроились по краям кратера».

А недавно стало известно, что исчезли 698 из 700 пленок с высококачественной записью посадки миссии «Аполлона-11» - все пленки, кроме двух, пропали из Национального архива США. Сверхкачественная запись миссии была сделана на специальную ударопрочную 1-дюймовую магнитную пленку. Тот материал, что власти продемонстрировали по телевидению, - это сильно урезанная версия настоящего видео, где были скрыты все подробности, сообщает газета La Stampa.

Откровения Олдрина об НЛО являются еще одним свидетельством того, что NASA на протяжении 40 лет скрывало правду.

В 2002 году британский хакер Гэри Маккиннон сумел взломать компьютеры NASA в поисках фактов сокрытия НЛО. Он заявляет, что обнаружил фотографии, которые NASA «подретушировало», прежде чем публиковать. Между тем Олдрин не единственный, кто признается, что НЛО видели американские и российские космонавты.

www.vz.ru

Не отрекшийся от креста

МУЧЕНИК

Любовь Васильевна протянула мне маленькую икону: «Возьмите, это на память о моем сыне...»

На иконе был изображен юноша в красном плаще и со щитом, правой рукой он крепко сжимал крест. Внизу надпись: «НОВЫЙ МУЧЕНИК ЗА ХРИСТА ВОИН ЕВГЕНИЙ».

Сын

Единственный сын Любови Родионовой Евгений родился в половине первого ночи 23 мая 1977 года. Когда младенец огласил мир своим первым криком, Любовь Васильевна почему-то взглянула в окно. Там по ночному весеннему небу медленно падала звезда, оставляя за собой длинную светящуюся полоску. «Это - добрая примета, - перехватив настороженный взгляд роженицы, успокоила ее акушерка. - И ты будешь счастливой, и варенек твой тоже...»

И действительно, желанный ребенок принес в дом огромную радость. Тревожило одно: малыш довольно долго не ходил. Пошел только в год и два месяца - после того, как родители по совету бабушек и деда окрестили его в ближайшем храме.

Получилось так, что Евгений

щику-технологу, - чтобы прокормить себя и ребенка-школьника, пришлось разрываться на трех работах. И Женя рос абсолютно самостоятельным. Не только сам готовил себе еду, сам делал уроки, один (без мамы) ходил в храм. В основном в Троицкий собор в Подольске. В 14 лет понял и принял суть Троицы, да так, что сумел донести это понимание до сердца тогда еще далекой от веры своей матери.

Хорошо закончив девятилетку, Евгений решил оставить школу и пойти работать. На мебельную фабрику. У паренька оказались золотые руки, он начал неплохо зарабатывать. В дом пришел достаток.

В 18 лет Женю призвали в армию. Служить ему особо не хотелось. Но он, как и все ребята из его компании, был убежден, что есть вещи, которые не обсуждают. Евгений ушел из поселка Курилово Подольского района Московской области 25 июня 1995 года. Новобранца определили в погранвойска. 10 июля 1995 года он принял присягу.

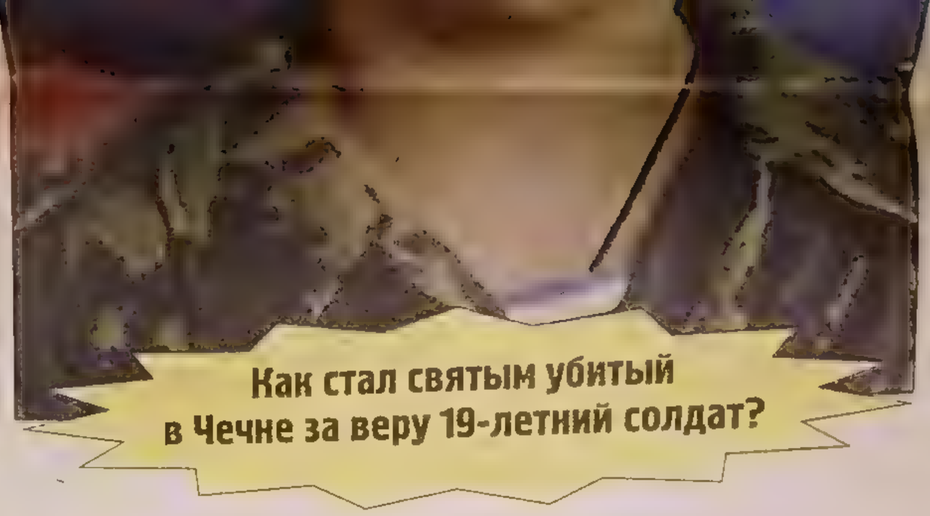
Служба

Мы на удивление мало знаем

И после этого многозначительно замолкали. Вероятно, оценивали, сколько можно «содрать» с несчастной. И лишь рассчитав, что тут сильно не поживишься, пришли к страшному решению.

А Любовь Васильевна ничего этого не понимала. Думала, Женю ищут и военные. Верила, найдут, не оставят. «Он же государственный человек, не за себя стоял, за Родину».

...Любовь Родионова нашла своего ребенка. Но лишь через девять месяцев. И уже мертвого. И даже за его останки бандиты потребовали с несчастной одинокой женщины 4 миллиона тогдашних рублей - примерно 4 тысячи долларов. И все эти деньги (ВСЕ!!!) выплатила она сама. Никто не дал ей ни единой копеечки. Вдумайтесь только - одинокая женщина без какого-то ни было «официального прикрытия» сама «вела переговоры» с самыми отпетыми и жестокими бандитами. Любовь Васильевна до сих пор по ночам слышит автоматные очереди и, сжимаясь под одеялом, ждет удара! Ведь она сама тоже побывала в плену, три дня прожила в заложниках. От боевиков Любовь Васильевна и узнала подлинную историю крестного



Как стал святым убитый в Чечне за веру 19-летний солдат?

Женщина без какого-то ни было «официального прикрытия» сама «вела переговоры» с самыми отпетыми и жестокими бандитами.

Любовь Васильевна до сих пор по ночам слышит автоматные очереди и, сжимаясь под одеялом, ждет удара! Ведь она сама тоже побывала в плену, три дня прожила в заложниках. От боевиков Любовь Васильевна и узнала подлинную историю крестного пути своего сына.

Казнь

С первого дня 100-дневного плена, увидев на шее Жени крест, бандиты пытались его «сломать», заставить принять их веру. Жаждали принудить его пытать и убивать таких же, как и он, солдат - мальчишек. Евгений категорически отказался. Его избивали. Твердили: «Сними крест и будешь жить!!!»

И это не пустые слова. Сами главари банд уверяли потом Любовь Васильевну: «Стань твой сын одним из нас, и мы бы его не обидели». Мы можем только догадываться, о чем думал Евгений в свои неполные девятнадцать лет в эти страшные дни плена. Наверное, он крепко верил, что его и других ребят найдут и спасут. Нам, не пережившим этот ад, трудно понять, что было в его душе, когда он сделал свой выбор, отказавшись снять крест и стать «братом» чеченского боевика. Но мы знаем, что Господь не оставляет своих. И может быть, ангел-хранитель укреплял его в зловонной тьме подвала, как это было с мучениками первых христиан, ведь каждый день, исповедуя Христа, духом своим он поднимался вверх - не в смерть, а в жизнь.

Развязка произошла в день рождения Евгения. 23 мая 1996 года Жене как раз исполнилось 19. Его вместе с остальными солдатами вывели в лес под Бамутом. Сперва убили друзей, тех, с которыми он был на своем последнем пограничном дежурстве. Потом в последний раз предложили: «Сними крест! Аллахом клянемся, жить будешь!!!» Евгений не снял. И тогда его хладнокровно казнили. Страшно, как

...роженицы, успокоила ее акушерка. - И ты будешь счастливой, и паренек твой тоже...»

И действительно, желанный ребенок принес в дом огромную радость. Тревожило одно: малыш довольно долго не ходил. Пошел только в год и два месяца - после того, как родители по совету бабушек и деда окрестили его в ближайшем храме.

Получилось так, что Евгений вновь попал в церковь лишь летом 1989 года. И опять благодаря бабушкам. Две Марии, матери отца и мамы Евгения, крепко дружили и вместе по старинному православному обычаю привели внука исповедаться и причаститься перед учебным годом... И тут только выяснилось, что у паренька нет на себе нательного крестика...

Крест

Какие слова нашел тогда батюшка на самой первой Жениной исповеди, никто не знает. И уже не узнает. Возможно, он рассказал ему старинную притчу, образ, родившийся еще у первых христиан в тяжкие времена гонений: «Крестик - это колокольчик на шее овцы. Чтобы Пастырь мог скорее услышать ее, когда она в беде». С тех пор мальчик стал носить крест не снимая. Продел толстую прочную веревку - «так надежнее». Мама была в смущении: «Над тобой в школе смеяться станут». - «Пусть, я так решил, и так будет».

Но, знаете, над Евгением никто и не думал смеяться. Мало того, постепенно друзья Жени сами стали делать крестики. Дети приспособились отливать распятия в специальных формочках. Сегодня именно такие массивные самодельные кресты очень распространены в Чечне. Их там мастерят солдаты. Стараются, чтобы вышли потяжелее. Нашим мальчишкам очень трудно на той войне. Морально, физически, как угодно. И им просто необходимо постоянно ощущать присутствие православного креста на своем теле.

Троица

В тяжелое время начала 90-х Любови Васильевне - мебельную армию. Служить ему особо не хотелось. Но он, как и все ребята из его компании, был убежден, что есть вещи, которые не обсуждают. Евгений ушел из поселка Курилово Подольского района Московской области 25 июня 1995 года. Новобранца определили в погранвойска. 10 июля 1995 года он принял присягу.

Служба

Мы на удивление мало знаем о том, как служил Евгений. Его часть в городке Лесное под Калининградом давно расформирована, нет даже памятной доски. Правда, есть легенда, что в тех частях, где служил Евгений Родионов, не существовало дедовщины. И многие солдаты считают это ПЕРВЫМ ЕГО ЧУДОМ.

Женя очень гордился, что он - пограничник, что занят настоящим делом, которое нужно Родине. И именно тогда, на той последней их встрече, Женя сказал матери: «Из нашей части всех посылают в горячие точки, и я уже написал рапорт...» Увидев, как побледнела мать, попытался ее успокоить: «От судьбы еще никто никогда не ушел. Я могу выйти на дорогу, и меня убьет машина... А плен... Плен - это уж как повезет».

Плен

Эти его слова оказались ПРОРОЧЕСКИМИ. 13 января 1996 года рядовой Евгений Родионов был направлен в командировку под командование Назранского погранотряда в/ч 2038. В плен попал ровно через месяц. Дело было так: отряд из четырех человек - Александр ЖЕЛЕЗНОВ, Андрей ТРУСОВ, Игорь ЯКОВЛЕВ и Евгений РОДИОНОВ - заступил на очередное дежурство. Дежурили они на контрольно-регистрационном пункте (КРП) на административной границе между Чечней и Ингушетией. Там проходила единственная в горах дорога, по которой боевики постоянно провозили похищенных людей, оружие, боеприпасы... Но этот важнейший пост тогда был больше похож на автобусную остановку. У ребят не было даже электричества. Они так и стояли незащищенными посреди шоссе, кишащего бандитами.

По многим церквям пошли рассказы о неком «Божественном воине в огненном плаще».

Понятно, что долго так продолжаться не могло. Но именно в ночь, когда дежурил наряд Евгения, к КРП подъехал микроавтобус с надписью «скорая помощь». Оттуда выскочили пятнадцать вооруженных до зубов здоровых амбалов... Мальчики не сдались без боя. На асфальте остались следы крови. Сослуживцы Евгения, находившиеся буквально в 200 метрах от дороги, ясно слышали крик: «ПОМОГИТЕ!!!» Но все это почему-то не произвело на них никакого впечатления. Многие спали!

Никто не объявил никакой тревоги. Не было погони. Ребят вообще не искали. Хотя нет, искали. И даже активно. Но не в Чечне, а в далеком и мирном Подмосковье! 13 февраля Евгения захватили бандиты, а 16 февраля Любовь Васильевна уже получила телеграмму, из которой поняла, что ее сын ушел из части в самоволку. Тут же нагрянула милиция. Квартиру обыскали, ища дезертира.

Тут уж Любовь Васильевна, точно знавшая, что сын ни в какую самоволку уйти не мог, «не та натура», сама кинулась в Чечню спасать Евгения. Там ей подтвердили: «Да, действительно, вышла ошибка, ваш сын пропал без вести...»

Хождение по мукам

Любовь Васильевна прибыла в Ханкалу, туда, где в надежде найти своих пропавших детей собирались отцы и матери со всей России. «Нет такого поселка, где бы я ни побывала, - рассказывает Любовь Васильевна. - Нет ни одного полевого командира, с которым бы не беседовала... Мне пришлось пройти все муки, все круги ада, какие только есть на земле. Видно, Господь меня водил по тем дорогам, где я ходила и не подорвалась, хотя мин там было больше, чем камней. Видно, Он меня защищал от бомбежек, посчитал, что мой долг, долг матери - найти сына, чтобы похоронить его в родной земле по христианскому обычаю. Я молилась тогда: «Господи, помоги ему, не оставь его, ведь он совсем ребенок... Он никому не нужен кроме меня, матери, и Тебя, Творца и Спасителя. Помоги ему, не оставляй его!»

На встречах с боевиками ей все время говорили: «Твой сын жив. Точно жив. Но он в плену».

в древнем языческом жертвенном ритуале, - живому отрезали голову...

Но крест снять не посмели. И именно по нему, этому скромному распятию, мама узнала потом своего мальчика.

Любовь Васильевна сама незримо присутствовала на этой кончине. Видеокассету с казнью ей дали бандиты.

Чудо

Для того чтобы выкупить тело Евгения, Любовь Васильевна продала все. Вещи, квартиру, часть одежды. Перевезла Женю домой 20 ноября 1996 года. Похоронила. И все... Она осталась одна. Практически без жилья, без средств, без элементарной моральной поддержки. Люди шарахались от несчастной, как от прокаженной, - «своих бед навалом». Даже орден Мужества ей вручили тихо.

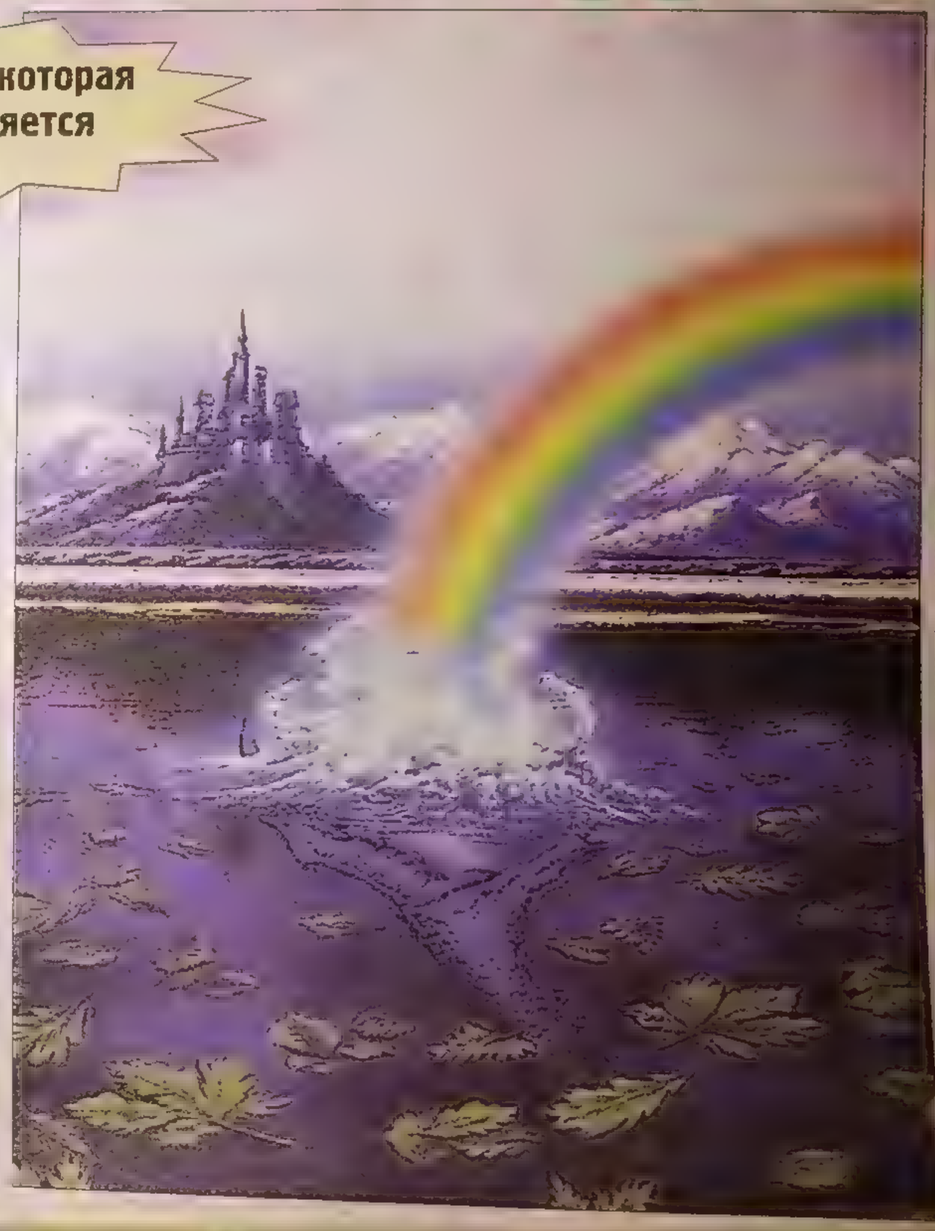
Но в это самое время в самых разных частях России стали происходить невероятные вещи. Еще в 1997 году я побывала в новом тогда реабилитационном православном детском приюте. Там одна из девочек-бродяжек рассказывала мне о неком солдате - «высокий такой, в красной плащ-палатке», который «назвался Евгением, взял меня за руку и привел в церковь». Я еще удивилась, красных плащ-палаток вроде не бывает, потом ахнула: «Да это же плащ мученика!»

Дальше - больше. По многим церквям пошли рассказы о неком «Божественном воине в огненном плаще», помогающем в Чечне пленным солдатам найти путь к свободе, показывающем им мины и растяжки... О нем же я услышала и от родителей в Комитете солдатских матерей в мае 1999-го: «Есть такой Святой воин Евгений - мученик. Он, говорят, в плену ребятам помогает. Мы на него, на его молитвы перед Господом очень надеемся».

В госпитале Бурденко ране-

Озеро-бездна

Это черная дыра, которая только притворяется озером?



МИРАЖИ?

«Если повезёт и не будет облаков, тогда где-то между шестью и полседьмого утра сам увидишь ЭТО. Только не пугайся...»

Сам дядя Жора Кузнецов (такое обращение дозволено друзьям и близким, для остальных он - Георгий Иванович) испугался. Не то чтобы очень - всё-таки охотник с большим стажем, можно сказать, международного класса, добывший «большую пятёрку» (льва, леопарда, слона, носорога и буйвола), но... Впрочем, не знаю, как бы отреагировали вы...

В эти глухие места на границе Латвии и России первый раз он попал случайно - в поисках хорошей охоты.

...Вышли затемно. Рассвет ожидался ясный - как раз то, что нужно.

- Вот оно, уже близко, - наконец сказал дядя Жора, когда мы вышли на местность, поросшую мелким редким кустарником, - поднимемся повыше, на склон...

...Небольшое, метров 300-400 в диаметре, открывшееся перед нами озеро удивляло идеальной округлостью, совершенно немыслимой для естественного водоёма.

- Местные его называли кто Озерком, кто Котелком. Рядом не селились - земля непахотная. Некоторые ставили близ берегов сети на ночь - карась, говорят, линь хорошо шли.

Мы закурили и...

- Вот, смотри...

Казалось, что из-за горы проникают лучи не солнца, но какого-то немыслимого кинопроектора. Чуть выше верхушек сосен почти чётко вдруг рисовалась поражающе невероятная картина. Кусок какой-то местности, ниче-

мареве, но вместе с тем временами можно было заметить даже мелкие детали, например пятна лишайников на призрачных камнях. Постепенно «изображение» бледнело и через несколько минут исчезло, как бы растворившись.

- И какие версии? - спросил я, когда, опомнившись от увиденного, пробирался с дядей Жорой к берегу озера.

- Да никаких. Из тех, кто жил здесь когда-то, насколько я знаю, видели это, удивлялись, конечно, но не больше. Но меня другое смутило. За этим озером ещё одно было, Долгое называлось. Живший здесь до Первой мировой поляк решил соединить эти озёра каналом: чтобы из одного в другое перебираться рыбу ловить - благо прорыть надо было метров двести. Ну и прорыл. И Котелок... поглотил Долгое - почти вся вода ушла оттуда. Обезвоженное Долгое быстро стало болотом, а Котелок, что удивительно, из берегов не вышел. Я тут глубину мерял - на середине 100 метров фала опустил. Дна не достал. Не может такого быть! Эхолот брал - глючит, в другом месте проверяю - исправен. Теперь у нас с собой канат на 500 метров - попробуем.

...На середине озера наша резиновая лодка показалась мне настолько утлой - честно говоря, до жути. Полнейшая тишина. Чёрная вода. Кто его знает - что там, в глубине этой дыры, только при-

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Михаил ГЕРШТЕЙН, Русское географическое общество, Санкт-Петербург:

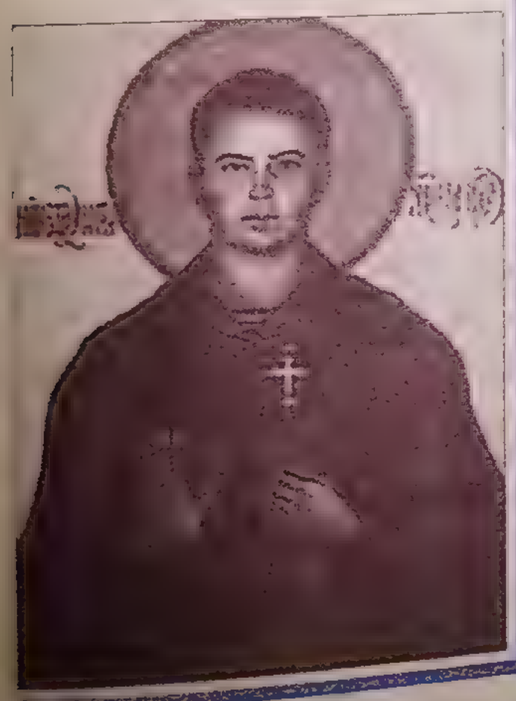
- Миражи в этих местах - дело обычное. Причём так называемые «дальнобойные» миражи - когда люди видят очень удал-

нем же я услышала и от родителей в Комитете солдатских матерей в мае 1999-го: «Есть такой Святой воин Евгений – мученик. Он, говорят, в плену ребятам помогает. Мы на него, на его молитвы перед Господом очень надеемся».

В госпитале Бурденко раненые военные утверждали, что знают некого солдата Евгения, который им помогает, «особенно когда подступают боли»... Многие клянутся, что видели его на иконе, когда были на экскурсии в храме Христа Спасителя. Мало того, «воина в красной плащ-палатке» знают и заключенные. «Он помогает самым слабым, поднимает сломленных...»

В 1997 году по заказу храма Святителя Николая, что в Пыжах, по благословению Святейшего Патриарха Московского и Всея Руси Алексия II была издана книга «Новый мученик за Христа воин Евгений». И сразу от священника Вадима Шкляренко из Днепропетровска пришел рапорт о том, что «фотография на обложке книги МИРОТОЧИТ... Миро светлого цвета, с легким запахом хвои». Я сама почувствовала такой же неповторимый терпкий аромат, когда в доме Любови Васильевны приложилась к иконе ее сына, Святого Воина Евгения...

www.incognita.ru



Мы закурили и...

– Вот, смотри...

Казалось, что из-за горы проникают лучи не солнца, но какого-то немыслимого кинопроектора. Чуть выше верхушек сосен почти чётко вдруг рисовалась поражающе невероятная картина. Кусок какой-то местности, ничего общего не имеющей с реальной: огромное дерево, скорее всего, сосна, гигантские серые валуны и спокойно лежащий среди них исполинский скелет лося или по крайней мере очень схожего с ним животного. Огромные лопатообразные рога на выбеленном веками черепе. Всё видимое еле-еле колебалось в утреннем

опустил. Дна не достал. Не может такого быть! Эхолот брал – глючит, в другом месте проверяю – исправен. Теперь у нас с собой канат на 500 метров – попробуем.

...На середине озера наша резиновая лодка показалась мне настолько утлой – честно говоря, до жути. Полнейшая тишина. Чёрная вода. Кто его знает – что там, в глубине этой дыры, только притворяющейся озером, может быть? Когда выяснилось, что и 500-метровая связка верёвок не помогла достичь дна, мне стало совсем страшно, и я был несказанно рад, когда дядя Жора закончил свой опыт и можно было плыть к берегу...

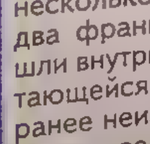
www.pravda.ru

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Михаил ГЕРШТЕЙН, Русское географическое общество, Санкт-Петербург:

– Миражи в этих местах – дело обычное. Причём так называемые «дальнобойные» миражи – когда люди видят очень удалённые, но всё же реальные места. Однажды неподалёку от Риги очевидцы наблюдали город, в силуэтах которого вскоре узнали Санкт-Петербург. А в 1886 году в тех же местах крестьяне наблюдали «манёвры» неизвестной им полупрозрачной армии на ячменном поле. Реже встречаются настоящие миражи-«призраки» – пейзажи, не соответствующие ни одному из известных мест на Земле. Причины их возникновения: скачки температуры воздуха, давления и другие природные факторы.

УРОК «ГРОБОКОПАТЕЛЯМ»



Археологов всего мира взбудоражило сообщение о том, что в знаменитой Большой пирамиде в Гизе, хранящей, по преданию, останки фараона Хеопса, обнаружена потайная камера, проникнуть в которую пока не удалось.

Двенадцать человек, которые попытались это сделать, поплатились за это жизнью. «Спаси нас, Господи, – говорит археолог Эдвин Стоунмейер, – если эту усыпальницу, которой уже четыре с половиной тысячи лет, все-таки вскроют. Мое мнение таково: лучше бы ее совсем не находили».

Ужасные события начались несколько месяцев назад, когда два французских египтолога нашли внутри пирамиды Хеопса, считающейся одним из чудес света, ранее неизвестный сводчатый коридор, ведущий к заблокированной камере. Официальное подтверждение еще не опубликовано, но Высший совет по охране памятников Египта уже забил тревогу. Как известно, существует категорическое запрещение со стороны государства посягать на святость мумифицированных останков, хранящихся в пирамидах. На практике, однако, это запрещение мало кого останавливает.

Археологи-любители Жиль Дормион и Жан-Ив Вердюр, используя высокочувствительный радар и профессиональные знания специалистов по Древнему Египту, обнаружили, что под так называемой Камерой царицы есть еще одна камера, проход к которой заложен гранитными блоками. Вот там-то, по их мнению, и находится мумия фараона Хеопса, или правильнее – Хуфу. Это захоронение пытались найти в течение тысяч лет, но все напрасно. И вот, по-видимому, тайна могилы египетского повелителя близка к раскрытию.

Новое проклятие могилы фараона

12 трупов вокруг еще не вскрытой усыпальницы

По легенде, если священные останки Хуфу будут когда-либо потревожены, мир ждут такие страшные беды, что все войны и бедствия, бывшие в истории, покажутся в сравнении с ними пустяком.

«То, что последовало за немедленно распространившимся слухом о найденной гробнице Хуфу, – продолжает археолог Стоунмейер, – в какой-то степени подтверждает опасения о наказании за раскрытие тайны фараонов».

У пирамиды была выставлена вооруженная охрана. И действительно, искатели приключений, или, лучше сказать, мародеры, решившие поживиться древними царскими сокровищами, не заставили себя ждать. Трое из них, вооруженные бурами для пролома гранитной стенки, были схвачены и посажены за решетку. Наутро всех их нашли в тюремной камере мертвыми, с широко раскрытыми, выкатившимися из орбит глазами. Врач-патологоанатом констатировал смерть от сердечной недостаточности. А каждому из них было по двадцать с небольшим лет.

Через две недели около роковой усыпальницы были найдены мертвые тела еще четверых взломщиков, рядом с ними – динамит и альпинистские топоры. Тела представляли собой багровую вздувшуюся и бесформенную массу. Вскрытие показало, что причина смерти – яд кобры. Змей поблизости не было, да и раньше они никогда в пирамидах не попадались.

Несколько дней спустя уже не внутри пирамиды, а снаружи, были найдены еще пять мертвых тел злоумышленников, посягнувших на вечный покой царственной мумии. Глаза их также вылезли из орбит, а головы были разбиты, как если бы они сами бились головой о каменную стену.

www.anomalia.kulichki.ru

ШОКИРУЮЩАЯ НАХОДКА

Череп показывает СИЛЫ!

80 лет назад в Центральной Америке был найден удивительный артефакт, ныне известный как «череп Митчелл-Хеджеса».

- Предшествовали находке начавшиеся еще в 1924 году утомительные работы по расчистке древнего города майя Лубаантуна, утонувшего во влажных тропических джунглях полуострова Юкатан (в то время Британский Гондурас, ныне Белиз), - рассказывает кандидат технических наук в области искусственного интеллекта, кибернетик и «по совместительству» специалист по аномальным явлениям Виталий ПРАВДИВЦЕВ. Тридцать три гектара леса, поглотившего едва угадывающиеся старинные постройки, для облегчения раскопок было решено просто выжечь.

Потерянная челюсть

Через пару лет археолог и исследователь Альберт Митчелл-Хеджес вместе со своей дочерью Анной, проводившие расколки под обломками древнего алтаря, обнаружили изготовленный из горного хрусталя и прекрасно отполированный человеческий череп в натуральную величину. По крайней мере такова легенда, связанная с находкой.

Сначала у черепа не хватало нижней челюсти, но через три месяца буквально в десятке метров нашлась и она. Оказалось, что *хрустальная челюсть подвешивается на идеально гладких шарнирах и приходит в движение при малейшем прикосновении.*

Следов обработки не видно

- Рассказывают, будто бы с

Как можно было 12 тысяч лет назад изготовить такое чудо?

что были доставлены в Южную Америку секретным судном абвера яхтой «Пассим» со специальным заданием: найти и «изъять» хрустальные черепа «Богини смерти». Зачем хрустальные черепа понадобились самым секретным учреждениям гитлеровской Германии?

Скептики сомневаются

Не все уверены, что череп Митчелла-Хеджеса - это мистическое творение древних майя или неизвестной цивилизации. Известно, что впервые сей артефакт появился на аукционе Сотбис в 1943 году. Выставил его антиквар Сидни Берни. А купил за 400 фунтов стерлингов... Митчелл-Хеджес! Позднее он объяснял эту историю так: мол, в свое время брал деньги в долг у Берни, а хрустальный череп отдал в залог. Правда, непонятно, почему Митчелл довел дело до того, что антиквар выставил залог на аукцион. Неужели не мог вовремя отдать долг?

Запутанна и история с находкой черепа. В 20-х годах в городе Лубаантун работал английский археолог Мервин. И к нему «на огонек» заглянул путешественник Митчелл-Хеджес, который незадолго до этого объявил, что «открыл» следы Атлантиды в Никарагуа. Хеджес погулял по развалинам пару дней, а потом в «Лондон Ньюс» напечатал статью, где заявил, что открыл новый таинственный город майя, не упоминая при этом Мервина.

Кстати

Череп Митчелла-Хеджеса не единственный в истории. Еще в 1884 году Британский королевский музей за 120 фунтов приобрел аналогичный древний артефакт, который, как утверждалось, является символом смерти у ацтеков. Но сейчас эксперты музея официально признали, что это подделка. На черепе обнаружили следы шлифовочных инструментов использовавшихся в XIX веке.

что сохранилось в древних индейских преданиях. Например, они гласили, что хрустальных черепов «Богини смерти» было тринадцать и что хранились они отдельно друг от друга под бдительным присмотром жрецов и строжайшей охраной специальных воинов. И были когда-то подарены людям богами.

Естественно, начался поиск других черепов. И вскоре он дал первые результаты. Подобные черепа обнаружились в запасниках некоторых музеев и частных лиц. А в 1943 году в Бразилии после попытки ограбления местного музея были задержаны аген-

кова легенда, связанная с находкой.

Сначала у черепа не хватало нижней челюсти, но через три месяца буквально в десятке метров нашлась и она. Оказалось, что хрустальная челюсть подвешивается на идеально гладких шарнирах и приходит в движение при малейшем прикосновении.

Следов обработки не видно

- Рассказывают, будто бы с теми, кто входил в контакт с хрустальным черепом, начинали происходить странные вещи, - продолжает Виталий Леонидович. - Впервые это случилось с дочерью ученого Анной. Как-то вечером она положила эту удивительную находку рядом с постелью. И всю ночь ей снились странные сны о... жизни индейцев тысячелетия назад. Когда же череп на ночь убирали подальше, то сны прекращались. Уже после смерти отца Анна решилась передать череп для исследования специалистам.

Сначала изучением артефакта занялся искусствовед Фрэнк Дордланд. При тщательном осмотре он обнаружил внутри черепа целую систему линз, призм и каналов, создающих необычные оптические эффекты. Исследователя поразило и то, что на идеально отполированном хрустале даже под микроскопом не было видно следов обработки. Искусствовед решил обратиться за консультацией в знаменитую фирму «Хьюлетт-Паккард», специализировавшуюся в то время на выпуске кварцевых генераторов.

Экспертиза показала, что череп был изготовлен задолго до появления первых цивилизаций в этой части Америки. Считается, что цивилизация майя возникла в 2600 году до н. э., а хрустальный череп, по мнению экспертов, был создан аж 12 тысяч лет назад!

- Эта проклятая штуковина просто не должна существовать, - недоумевают специалисты.

- Чтобы вручную так отполировать этот чрезвычайно твердый горный хрусталь, нужны сотни лет! - удивляется Виталий Леонидович. - Так до сих пор и не ясно, каким способом был изготовлен череп: выточен или отлит? Во всяком случае, способ был нетрадиционный.

Однако факт, что называется, налицо: хрустальный череп - реальность, которую в Музее американских индейцев может увидеть любой желающий.

Богиня смерти

Заинтересованные лубаантунской находкой историки и этнографы начали искать все, что могло пролить на нее хоть какой-нибудь свет. И вскоре выяснилось: кое-когда-то подарены людям богами.

Естественно, начался поиск других черепов. И вскоре он дал первые результаты. Подобные черепа обнаружились в запасниках некоторых музеев и частных лиц. А в 1943 году в Бразилии после попытки ограбления местного музея были задержаны агенты немецкого общества «Аненербе». На допросах они показали,

ПОТОМСТВЕННЫЙ МАГ

Уникальной древнейшей методикой по фото навсегда избавлю от пьянства, невезения, одиночества. За 1 день, с фото или без, верну любимого (ую) и отверну соперницу(ка); вышлю индивидуальные предсказания и амулеты на удачу во всём. Огромный опыт работы. Мгновенные результаты. 100% - ная помощь сразу. От вас: фото и конверт с о/а. 610007, г. Киров, а/я 611, Андрею Валерьевичу.

Реклама

НАША СПРАВКА

Глазницы светятся

Из заключения эксперта фирмы «Хьюлетт-Паккард» инженера Льюиса БАРЕ:

«Мы изучали череп по трем оптическим осям и обнаружили, что он состоит из трех-четырех сростков. Анализируя сростки, мы обнаружили, что череп вырезан из одного куска хрусталя вместе с нижней челюстью. По специальной шкале Мооса горный хрусталь имеет высокую твердость, равную семи (уступая лишь топазу, корунду и алмазу), и его ничем, кроме алмаза, резать невозможно. Но древние как-то сумели обработать его. И не только сам череп - они вырезали из этого же куска нижнюю челюсть и шарниры, на которых она подвешена.

При такой твердости материала это более чем загадочно, и вот почему: в кристаллах, если они состоят более чем из одного сростка, имеются внутренние напряжения. Когда вы нажимаете на кристалл головкой резца, то из-за напряжения кристалл может расколоться на куски, поэтому его нельзя резать - он просто раскалывается.

Но кто-то изготовил этот череп из одного куска хрусталя настолько осторожно, как будто вообще не притрагивался к нему в процессе резки. Мы также обнаружили некий вид призмы, вырезанной в задней части черепа, у его основания, так что любой луч света, входящий в глазницы, отражается в них».

ПОЛУБОГИ

12-метровые великаны пустыни

В западной прессе прошли сообщения об окаменевших останках гигантского человеческого скелета, обнаруженных в аравийской пустыне Руб-аль-Хали.

Для предотвращения нездорового ажиотажа вокруг находки военные власти Саудовской Аравии взяли эту тему под контроль, однако некоторая информация все же просочилась в печать.

Согласно тем скудным сведениям, которые стали достоянием гласности, огромные кости принадлежали вполне пропорционально сложенному человеческому существу ростом примерно 12 метров. Исследования ДНК показали, что они на 99 процентов соответствуют обычным человеческим.

Нефтяники саудовской компании «Арамко» наткнулись на необычный скелет при проведении нефтеразведки в ранее совершенно не исследованном районе, известном лишь свирепыми ветрами, безжизненными солончаками да обилием скорпионов. Богословы и ученые исследователи Священного Писания не замедлили откликнуться на сообщение о находке. Вот что говорит известный специалист по истории христианства доктор Филипп Греншелл:

«В Священном Писании содержатся четкие предупреждения о некоей связи, существующей между вторичным появлением расы гигантов и концом света. В первый раз упоминание о великанах встречается в Книге бытия, глава 6, стих 4: «В то время были на земле исполины, особенно же с того времени, как сыны Божии стали входить к дочерям человеческим, и они стали рождать им».

Возникновение этой грешной расы чудовищных исполинов и было той причиной, по которой Господь решил наказать людей Всемирным потопом. Однако некоторые гиганты выжили и породили, в свою очередь, таких злобных великанов, как Голиаф или сыны Анака.

Этим существам, действующим со страшной разрушительной силой, суждено еще вернуться, о чем говорят пророчества книги Даниила и Евангелия от Луки.

www.inauka.ru

Игра с судьбой в числа

МОТАЙ НА УС

Дорогая газета! Правда ли, что человеком управляет магия чисел. А как?
Андрей, 40 лет, г.Киров.

Числа правят

Древний Рим был построен на 7 холмах, а река Стикс 7 раз обтекает ад, разделенный у Вергинем решаются мирным путем. Но жить под этой цифрой не рекомендуется чрезмерно эмоциональным людям.

СОВЕТ МАГА

Вернуть долг поможет гвоздь...

Найти на дороге гвоздь, особенно ржавый - очень хорошая примета. Такую ценную находку непременно нужно поднять и унести с собой - с этого момента вам начнет сопутствовать удача. А если вы спрячете такой гвоздь дома в укромном месте, он лучше любого оберега защитит вас от колдовства и сглаза.

Есть у ржавого гвоздя и еще одно полезное свойство: он может заставить ваших должников вернуть, причем вовремя, взятые взаймы деньги.

С левой стороны нашего тела, как всем известно, обретается нечисть, которая только и думает, как навредить человеку. Ясное дело, она не дремлет, и тогда, когда вы даете в долг. Как нейтрализовать врагов рода человеческого? Достаточно зажать в руке ржавый гвоздь - и он «пригвоздит» злыдней, а вместе с ними и возможные неприятности. И вот тогда денежки обязательно к вам вернутся - в целости и сохранности.

ПОПРОБУЙ САМ

День рождения: как избежать опасности

Уважаемые «Чудеса»! Почему где-то за месяц до дня рождения многие из нас чувствуют упадок сил, впадают в депрессуху. Что думает по этому поводу моя газета?
Анна Жатева, Н.Новгород.

Из года в год мы сталкиваемся с тем, что за месяц до дня рождения и в течение месяца после него у нас обостряются все болячки, накатывает неопределенность в планах...

Все это не случайно: эти два месяца являются хронопатогенными зонами, то есть временными интервалами, которые несут в себе опасность - для карьеры, здоровья и даже жизни. Как свести к минимуму их негативное влияние на нашу жизнь?

В течение первого месяца после дня рождения надо соблюдать элементарные правила безопасно-

рождения. Он должен быть мажорным на все сто! Обязательно посетите зрелищное шоу, театральную премьеру, сыграйте в лотерею - очень возможно, что повезет.

Зато в течение шестого месяца, одного из критических, следует заняться здоровьем и посетить врача, пройти тщательное медицинское обследование. Одновременно придется тянуть воз на работе, где благодарности ждать не придется... Седьмой месяц астрологи советуют посвя-

тить супругу или сердечному другу - самое подходящее время, чтобы обновить чувства. Восьмой - тоже критический - пригоден для обращения в суд, открытия банковского счета и... запланированного зачатия. Девятый - это месяц, когда нужно заняться повышением деловой квалификации, изучением иностранного языка

МОТАЙ НА УС

В числа

Дорогая газета! Правда ли, что человеком управляет магия чисел. А как?
Андрей, 40 лет, г.Киров.

Числа правят миром - так считали наши далекие предки. Цифры, говорили они, это знаки, которые посылают людям небеса, и главное - правильно расшифровать эти послания.

Что же, попробуем вместе со специалистами в области нумерологии определить, что день грядущий нам готовит.

Священная «семерка»

Точно не известно, где и когда возникло искусство нумерологии, ее следы теряются в тысячелетиях. Еще древнее племя майя практиковало «фокусы с цифрами». А древнегреческий философ, метафизик и математик Пифагор утверждал, что все вещи можно представить в виде чисел и что числа выражают основные законы Вселенной. Он был ярым сторонником идеи, что дата рождения человека отнюдь не случайна.

Одним из самых таинственных всегда считалось число 7. Каким его только не называют: священным, божественным, магическим... Так относятся к нему англичане и французы, итальянцы и русские, индусы и арабы. В Вавилоне в честь главных богов был выстроен семиступенчатый храм. По учению жрецов, люди после смерти попадали в подземное царство, окруженное 7 стенами. Покойник проходил через 7 ворот, охраняемых суровыми стражами.

А в Древней Греции с числом 7 связывали представление о законченности и совершенстве. Может, поэтому его называли «числом Аполлона» - одного из важнейших богов Олимпа.

Древний Рим был построен на 7 холмах, а река Стикс 7 раз обтекает ад, разделенный у Вергилия на 7 областей.

Согласно исламу лишь попадающие на седьмое небо испытывают высшее блаженство. Из буддизма вышел обычай дарить на счастье 7 слоников.

И у нас в стране к числу 7 относятся по-особому. Кто не помнит множества пословиц и поговорок типа: «Семи пядей во лбу», «Семь раз отмерь, один отрежь», «Семь бед - один ответ»... А вот число 13 традиционно считается несчастливым.

Осознанно или случайно, но мы подчиняемся магии чисел на протяжении всей жизни и уверены, что цветов в букете должно быть нечетное число, сервиз - на 6 или 12 персон, мы трижды плюем через левое плечо и встречаем гостей троекратным поцелуем.

В каком доме жить хорошо

Специалисты по нумерологии считают, что жизнь человека напрямую зависит от номера его дома и квартиры («числа дома»).

Чтобы определить число дома, надо заняться простым сложением всех цифр. Например: дом 21, кв. 118. Получаем: 2+1+1+1+8=13. Итог должен быть простым, поэтому складываем 1+3=4. А теперь посмотрите, как ваше число дома может влиять на вашу жизнь.

Число 8 принесет вашему дому изобилие

1 Жить в доме с числом 1 нежелательно людям, склонным к одиночеству. Однако если ваша работа связана с заботой о других, то вам надо жить именно в «доме-единице».

2 Если число дома - двойка, все проблемы в нем решаются мирным путем. Но жить под этой цифрой не рекомендуется чрезмерно эмоциональным людям.

3 В «доме-тройке» духовная и сексуальная энергии будут увеличиваться. Не подходит такой дом только транжирам, привыкшим сорить деньгами.

4 Дом с числом 4 поможет обрести стабильность. Он хорошо подходит садоводам, потому что четверка объединяет все стихии: Огонь, Воздух, Воду, Землю. Правда, «четверка» не рекомендуется трудоголикам, которые будут работать там еще больше.

5 «Пятерка» хороша для людей творческих, она стимулирует активность своих жильцов. Но в то же время противопоказана людям, склонным к спокойной, размеренной жизни.

6 Для людей многодетных и чадолюбивых особенно хорош дом с числом 6. «Шестерка» пробуждает дружеские и любовные чувства.

7 «Дома-семерки» - настоящие храмы уединения и созерцания. Они идеальны для тех, кто хочет заниматься медитацией, но категорически не подходят людям, стремящимся добиться материального успеха.

8 Число 8 принесет вашему дому изобилие, а также большое количество друзей, благополучие в семье и достаток. Оно подходит и для тех, кто хочет добиться высокой должности, признания, но не годится людям, не умеющим рационально распоряжаться своими финансами.

9 В «доме-девятке» всегда присутствуют любовь и сострадание к людям. В нем можно достичь глубины мудрости, поэтому он весьма подходит для последнего этапа жизненного пути.

www.anomalia.kulichki.ru

болячки, накатывает неопределенность в планах...

Все это не случайно: эти два месяца являются хронопатогенными зонами, то есть временными интервалами, которые несут в себе опасность - для карьеры, здоровья и даже жизни. Как свести к минимуму их негативное влияние на нашу жизнь?

В течение первого месяца после дня рождения надо соблюдать элементарные правила безопасности: не злоупотреблять алкоголем, не рисковать, не расходовать силы сверх меры. Обязательно уделите время анализу прошлых ошибок и составлению житейских и рабочих планов на будущее. На протяжении второго месяца нужно трудиться не покладая рук, все время и силы отдать работе, не отказываться от деловых предложений, которые обещают выгоду даже ценой «нечеловеческого» труда.

В течение третьего хорошо бы куда-нибудь уехать - хотя бы ненадолго, на два-три дня. Четвертый месяц необходимо посвятить выяснению отношений с родственниками, поиску компромисса, установлению мира в семье. Все ссоры, шероховатости нужно уладить до начала пятого месяца после дня на работе, где благодарности ждать не придется... Седьмой месяц астрологи советуют посвятить супругу или сердечному другу - самое подходящее время, чтобы обновить чувства. Восьмой - тоже критический - пригоден для обращения в суд, открытия банковского счета и... запланированного зачатия. Девятый - это месяц, когда нужно заняться повышением деловой квалификации, изучением иностранного языка - посетить церковь, помолиться за здоровье родных и близких.

Десятый месяц после дня рождения покажется трудным и бесконечным, если вы берегли силы и мало «выложились» на работе. И вполне обычным, если не жалели себя... Одиннадцатый месяц - время неожиданностей: если перемены крушат, ломают вашу жизнь, значит, вы явно занимаетесь не своим делом и вам необходимо пересмотреть свои цели и задачи. Ну а на двенадцатом месяце нужно снова войти в щадящий режим: беречь силы, не злоупотреблять алкоголем, не рисковать.

Елена КОСТАНЦА.

"Я вам пишу..."

Уважаемая газета! Было это в 1996 году. Я тогда работала в кафе возле одного московского вокзала. Разная публика посещала наше кафе.

Среди них выделялась одна женщина. Она ходила, опираясь на палку, всегда со своей водкой, а закуску не клянчила, а покупала на свои деньги. Бомжи вились вокруг нее, словно мухи, заискивали перед ней и называли ее шутя Мама Чори.

От надоедливых и непонятливых она отбивалась своей палкой. Выпив, Мама Чори всегда громко ругалась, и нам порой приходилось силой выдворять ее на улицу. Посещала она наше кафе почти каждый день. Мы еще называли ее Бабой-ягой, так как ее нрав и внешность очень соответствовали облику этой героини...

Но с некоторых пор за ней неотвязно стала следовать собака. И куда бы Мама Чори ни направлялась, собака шла за ней по пятам.

Однажды в кафе зашла старушка-странница. Она ходила по святым местам и заглянула к нам погреться и попить чайку.

Увидев, как Мама Чори в очередной раз пытается огреть палкой надоедливую собаку, сказала ей: «Брось, не трать понапрасну силы, а лучше сходи в церковь и помолись, чтобы Господь отвел от тебя беду. Ведь эта собака пришла предупредить тебя. Лучше накорми и приласкай ее». - «Еще чего! - заорала Мама Чори. - Самой жрать нечего! А ну пошла!..» И она грязно выругалась в сторону собаки. «Ну, как знаешь», - сказала странница, допила свой чай и ушла.

Беда не заставила себя долго ждать. Прошло меньше месяца с тех пор, как собака увязалась за Мамой Чори. И вот однажды Мама Чори, как всегда высушив бутылку водки, с громкими ругательствами пошла на улицу. Собака вдруг тревожно залаяла. Стала смотреть на нас прямо умоляющими глазами, скулить, побежала за Мамой Чори снова, громко залаяла, но Мама Чори не обращала на нее никакого внимания. Она шла на автобусную остановку, которая была напротив кафе. Мы прильнули к окнам.

Мама Чори дошла до остановки, на которой больше никого не было. По привычке замахнулась на собаку. Та, не переставая лаять, резво отскочила... В эту минуту из-за поворота на большой скорости вылетела иномарка и сходу врезалась в остановку, на которой стояла Мама Чори. Она погибла мгновенно.

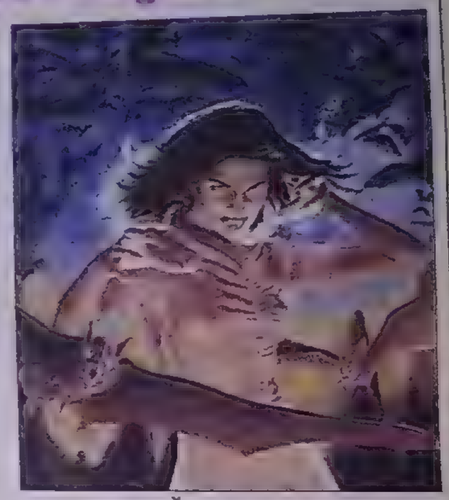
За рулем сидела женщина.

Кто не слышит собаку?

Как потом выяснилось, машина была неуправляемой - у нее отказали тормоза. Началась суматоха, набежало много народа. Мы тоже выскочили из кафе. И вдруг раздался вой собаки. Все вздрогнули. Я даже не думала, что собака может так выть. Ее вой перемежался с какими-то непонятными звуками, похожими на крик человека. Взвыв, собака убежала, и больше мы ее никогда не видели.

И.Кунгурова, г.Москва.

К ведьме - в ученицы



Дорогая газета! Произошло это девять лет назад, в июле, прямо в день моего рождения. Мы с мамой и бабушкой накрывали праздничный стол. Шли обыкновенные приготовления салатов, торта и т.д. И тут мама хватилась: а колбасу-то купить забыли!

Я села на велосипед и поехала в магазин. В очереди оказалась последней. Продавец куда-то отошла, мне стало скучно, я начала смотреть по сторонам. И заметила довольно пожилую женщину.

Взглянув на нее мельком, я обратила внимание, что она смотрит прямо на меня, пытаясь поймать мой взгляд. Я отвернулась. Но затем что-то заставило меня оглянуться и посмотреть на нее, вернее, в ее темно-серые глаза. Было ощущение, что глаза этой женщины намного моложе ее самой.

Мне на мгновение показалось, что это я в старости. Что-то произошло: то ли она заговорила со мной вслух, то ли наше общение произошло мысленно. Но чувство было такое, будто старческий дребезжащий голос шепчет мне на ухо: «Деточка, не бойся меня! Ничего плохого я тебе не сделаю, но послушай и дай ответ. Я - ведьма в седьмом поколении. Мне нужна ученица. Будь ею. Ты родилась под раскат грома, а молния возвестила о твоем рождении огнем. Сегодня тебе исполнилось 15 лет, в этом возрасте и становятся учениками. Ты будешь сильнее и могущественней меня, у тебя будет все, чего ты захочешь. Ты сможешь наказать своих врагов и помогать любимым людям. Скажи «да» и дай руку».

В это время я не слышала окружающий мир. Было такое чувство, словно я нахожусь с этой жуткой женщиной наедине.

Подняв руку, я приложила ее к шее, ощутив под ладонью змейку цепочки, и поняла - это крестик, который сегодня утром мне подарила мама! И, своими руками надев его, сказала: «Пусть Бог тебя хранит».

Словно очнувшись от забытья, зажав крестик в ладони, я выбежала из магазина на улицу. Быстро села на велосипед и поехала домой. На порог вышла мама, встречать меня. Заметив неладное, начала расспрашивать, что случилось. Я все рассказала, и мне стало легче.

Бабушка и мама объяснили, что ведьма, умирая, обязательно должна передать свои знания, тогда из этого мира она уйдет относительно спокойно. Если же ей это не удается, то умирать она будет в страшных муках.

Старые люди говорят, что некоторые ведьмы, не передавшие своей силы, умирая, своей энергией просверливали дыры в потолках и крышах, чтобы их грешной душе было легче.

А ведь я действительно родилась в ночь с 29 на 30 июля во время ужасной грозы. Я благодарю Господа за то, что в этот роковой момент он уберег меня от самого страшного...

Елена, Тюменская обл.

...собаку, ска- зала ей: «Брось, не трать понапрасну силы, а лучше сходи в церковь и помолись, чтобы Господь отвел от тебя беду. Ведь эта собака пришла предупредить тебя. Лучше накорми и приласкай ее». - «Еще чего! - заорала Мама Чори. - Самой жрать нечего! А ну пошла!..» И она грязно выругалась в сторону собаки. «Ну, как зна-

выскочили из кафе. И вдруг раздался вой собаки. Все вздрогнули. Я даже не думала, что собака может так выть. Ее вой перемежался с какими-то непонятными звуками, похожими на крик человека. Взвыв, собака убежала, и больше мы ее никогда не видели.

И.Кунгурова, г.Москва.

ний огнем. Сегодня тебе исполнилось 15 лет, в этом возрасте и становятся учениками. Ты будешь сильнее и могущественней меня, у тебя будет все, чего ты захочешь. Ты сможешь наказать своих врагов и помогать любимым людям. Скажи «да» и дай руку».

В это время я не слышала окружающий мир. Было такое чувство, словно я нахожусь с этой жуткой женщиной наедине.

Подняв руку, я приложила ее к шее, ощутив под ладонью змейку цепочки, и поняла - это крес-

...Старые люди говорят, что некоторые ведьмы, не передавшие своей силы, умирая, своей энергией просверливали дыры в потолках и крышах, чтобы их грешной душе было легче.

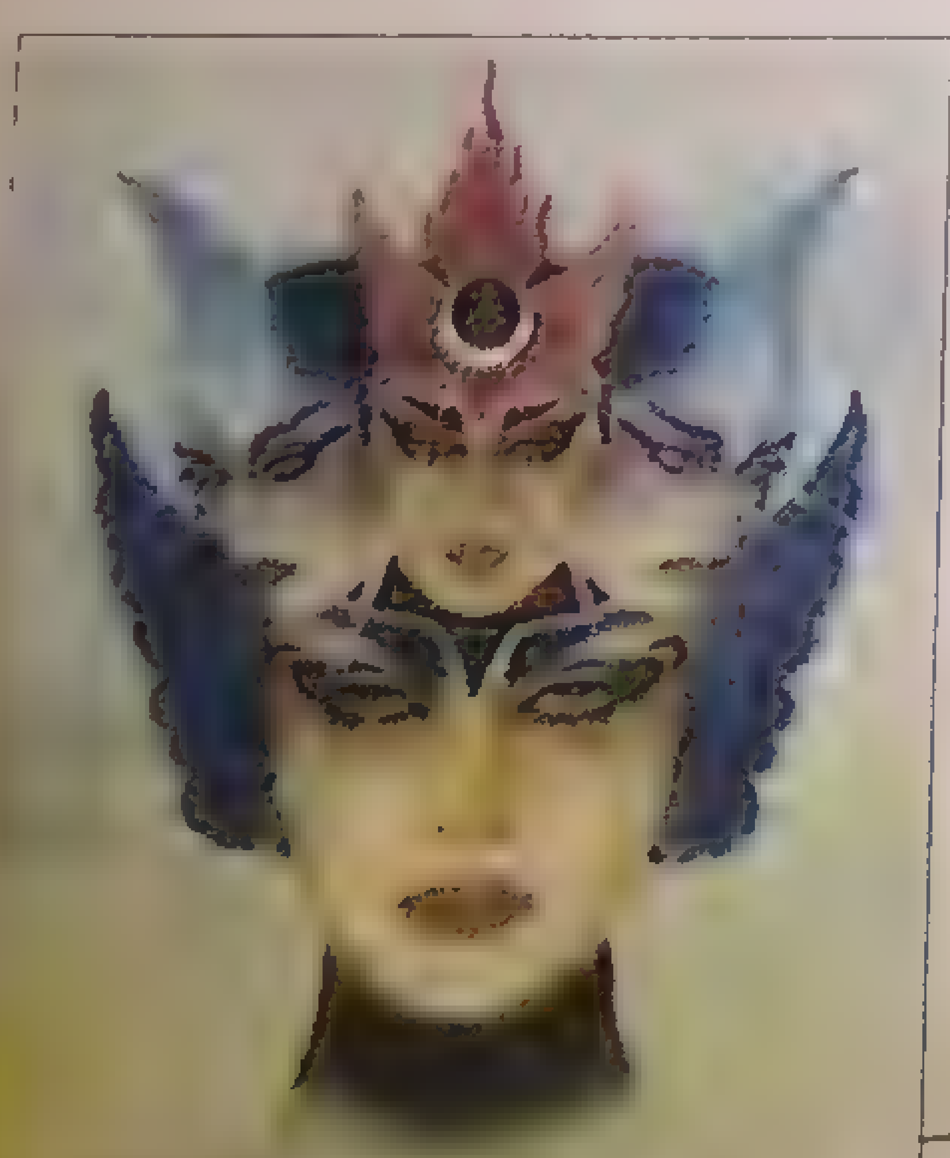
А ведь я действительно родилась в ночь с 29 на 30 июля во время ужасной грозы. Я благодарю Господа за то, что в этот роковой момент он уберег меня от самого страшного...

Елена, Тюменская обл.

Свет старой иконы

Дорогая редакция! Про себя знала с детства, что человек я - азартный. Но в 40 лет эта черта характера чуть не перешла в порок, который мог сломать не только мою жизнь, но и жизнь семьи.

Многие еще помнят, что в 70-80-х годах в СССР существовала уличная лотерея, где на сложенных билетиках были сразу указаны выигрыши. Проходя мимо коробок с билетами, я много лет удерживалась от соблазна поиграть. Но однажды не удержалась. Взяла билет... и выиграла мотоцикл. Ничего не сказав мужу, я получила сумму выигрыша деньгами. Получила



для того, чтобы их проиграть.

А дальше меня понесло. Я уговаривала себя, что, выиграв машину, остановлюсь. И вот однажды, живя в заполярном городе, я оставила у такой коробки с билетами свою зарплату вместе с квартальной премией. Но на дне коробки еще оставались билеты, и я бросилась в соседний дом, где жила моя давняя подруга. Занять денег. Но дома подруги не оказалось, сидел за учебниками ее сын, десятиклассник. Сказав, что мама сейчас придет, мальчик предложил мне раздеться и стал хлопотать с чаем. Но я отказалась, меня буквально трясло от нетерпения продолжить игру.

Прямо напротив входной двери, в комнате, были расположены два самодельных книжных стеллажа, между которыми стояло кресло. А над креслом висела на стене небольшая, почерневшая от времени икона Николая Чудотворца. Икону эту дала Гале (так звали подругу) ее бабушка, когда внучка вышла замуж за моряка.

И вот, стоя в коридоре и глядя на темный, едва различимый квадрат иконы, я вдруг начала как-то неожиданно для себя шептать: «Господи, сделай так, чтобы я не играла!» Я уже не мечтала, а говорила громко и исступленно все те же слова, потом вдруг начала говорить вообще нечто тогда мне непонятное: «Не веди меня с горы, но дай подняться в гору!»

Посреди иконы вдруг появилось совершенно круглое пятно света. Впечатление было такое, словно кто-то подсветил фонариком. Пришла подруга, и мы втроем, совершенно ошеломленные, стали разглядывать икону. Пришел со службы муж Галины, и, сняв икону, мы убедились, что тыльная сторона иконы темна, а на самом образе, откуда-то изнутри, освещая то сложенные персты Святителя, то его лик, шел пульсирующий, очень теплый свет.

Неожиданно я начала плакать. Никогда не думала, что у человека может быть столько слез. После некоторых сомнений - не будет ли это кощунством, икону сфотографировали. На фотографии получилось яркое пятно света, от которого исходило множество лучей.

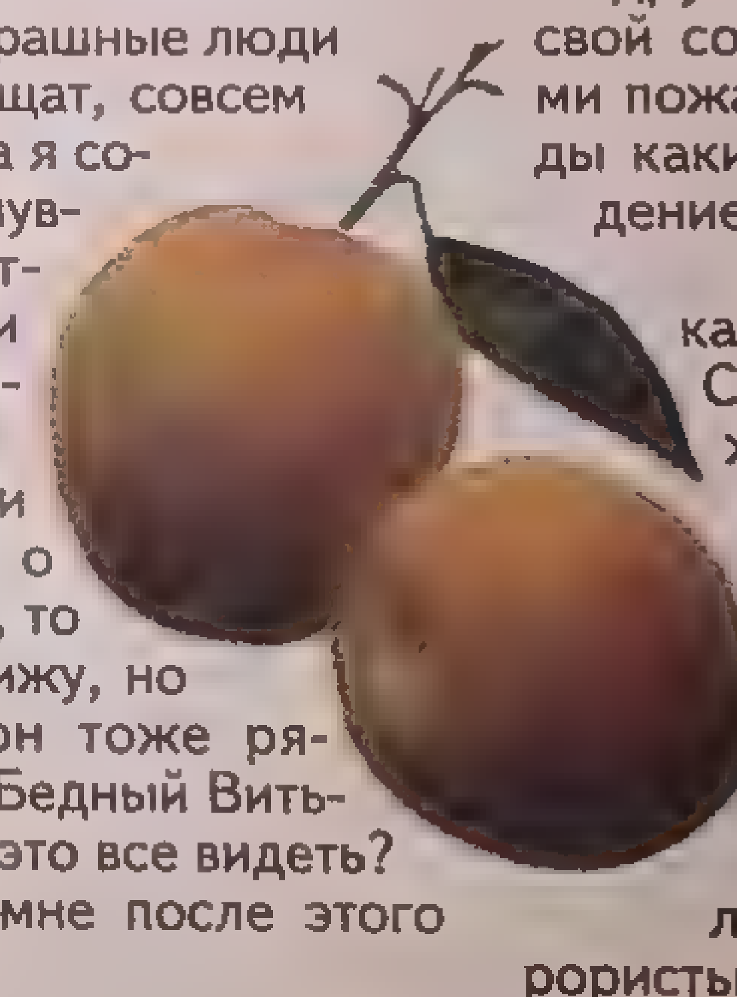
Надо ли говорить, что потом я никогда и ни во что не играла. А фотографию, которая хранилась у меня долгие годы, я отдала священнику из Твери.

П.В.

Один сон... на троих

Дорогая редакция!

Год назад приснился мне дурацкий сон. Вроде лечу я в самолете, и стюардесса раздает завтрак: удивительно вкусные консервированные персики. И потом - я в том же самолете привязана к креслу (не пристегнута, а именно привязана по рукам и ногам). И вдруг снова в самолете какие-то страшные люди меня куда-то тащат, совсем нагую. От страха я сомлела совсем, чувствую, что вот-вот против воли испытаю... простите, оргазм.



Но мысли все только о Витьке (о муже, то есть я его не вижу, но уверена, что он тоже рядом). Думаю: «Бедный Витька! Каково ему это все видеть? И что он обо мне после этого подумает?»

Просыпаюсь - все тихо, Виктор спит. Мне даже стыдно стало: бывают же такие «грешные» сны у молодых, незамужних девчонок, но чтобы у 30-летней замужней женщины...

А за завтраком он мне и говорит: «Дурацкий сон приснился. Будто летим с тобой на самолете, едим очень вкусные консервы из персиков...» И дальше рассказывает мне мой же сон. Еще и смеется: «Вот уж не думал, что ты такая темпераментная». Меня аж в краску бросило, будто я действительно провинилась.

У нас с мужем секретов друг от друга нет. Рассказала я ему свой сон, но он только плечами пожал: родство душ, флюиды какие-то или просто совпадение. Чепуха!

Не прошло и недели, как я получила письмо из Салехарда. У меня там живет близкая подруга. Она всегда у нас останавливается, когда в Москву приезжает. Вот что она написала: «Кстати, Люська, я видела тебя во сне. Будто летели мы на самолете, а его захватили террористы. Они тебя схватили и...» Словом, пересказала мне мой сон.

А в самом конце письма приписка: «А в самолете мы с тобой, между прочим, ели компот из персиков».

Людмила А.

ШКОЛА ВОЛШЕБСТВА

Живите богато

К сожалению, в жизни каждого бывают ситуации, когда денег катастрофически не хватает.

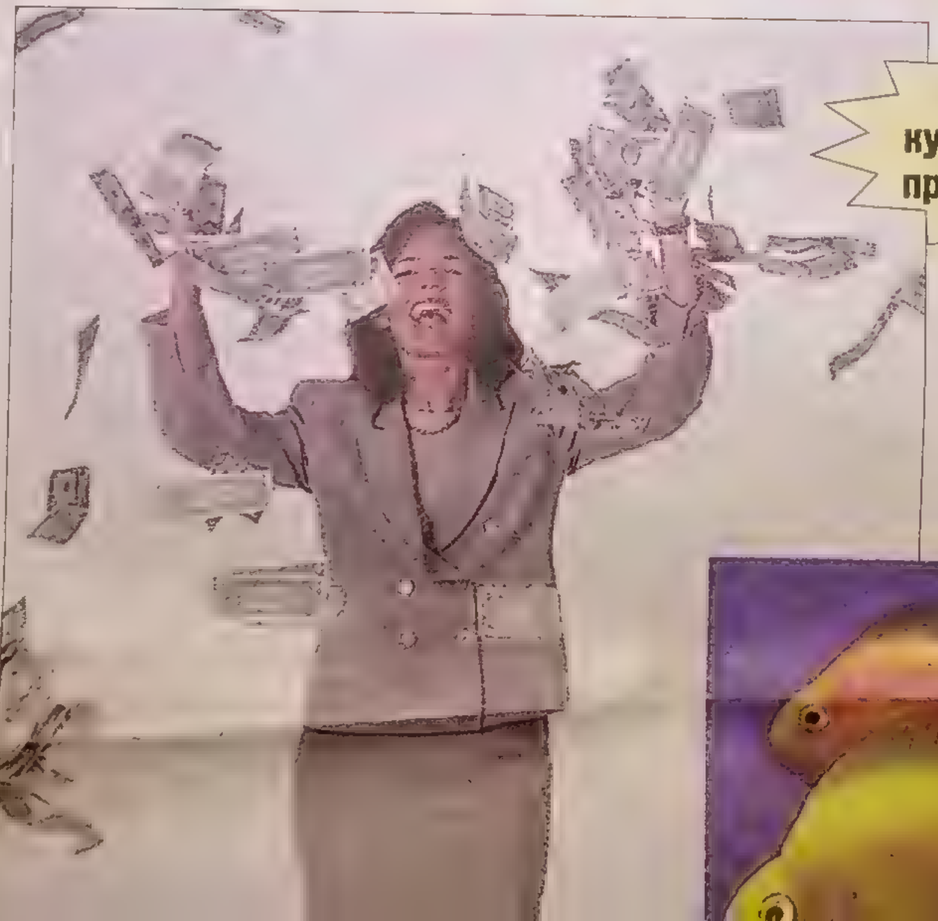
С этой проблемой можно справиться, обратившись к силам тонкого мира.

Не гневи эгрегор

Если вы хотите быть здоровым, счастливым, искупить грехи, обратитесь с молитвой ко Всевышнему. А вот если мечтаете залатать дыры в семейном бюджете, а то и вовсе (к чему ложная скромность!) стать богатым, призовите на помощью эгрегор денег.

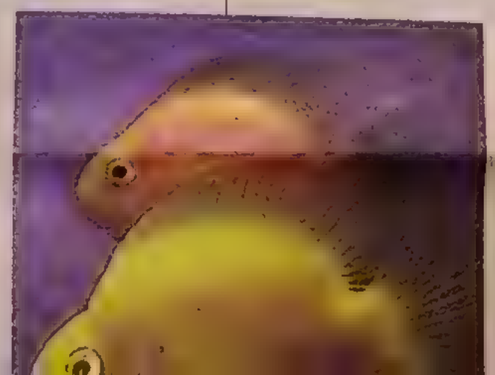
Он зародился еще в те времена, когда люди обменивали хлеб на шкуры и наоборот. Это очень мощная энергоинформационная структура, но вместе с тем эгрегор денег весьма коварен, поскольку зачастую подпитывается алчностью, завистью, ненавистью, так что обращаться с ним нужно чрезвычайно осторожно.

В первую очередь необходимо разобраться, можно ли вам вообще подключаться к финансовому эгрегору. Попытайтесь честно ответить на вопрос: как вы относитесь к людям, которые живут в шикарных коттеджах, имеют виллу на Карибах и счет в швейцарском банке? Если полагаете, что все они - воры и мошенники («честным трудом столько денег не заработаешь!»), то наверняка всю жизнь просидите у разбитого корыта.



Представьте, что купюры падают с небес прямо к вашим ногам...

форма, цвет - и поместите картинку на экран виртуального телевизора. Постарайтесь сделать ее объемной, почти осязаемой, и постепенно сокращайте расстояние между вами и мысленным образом (можно «увидеть», что она сходит с экрана, или самому проникнуть в телевизор).



Затем скажите: «Я прошу у эгрегора сумму, нужную на покупку этой вещи». Проделайте упражнение три раза в течение

шанс - получите награду в виде хорошего заработка. А прозеваете - ничего не поделаешь: значит, экзамен не сдан и нужно подождать переэкзаменовки.

И еще имейте в виду: на первых порах нельзя просить у эгрегора слишком многого - лишь самое необходимое. Не забывайте, что мы живем в стране, где на протяжении десятилетий быть богатым считалось делом постыдным. Это очень «испортило характер» отечественного финансового эгрегора. Перегнете палку - и он, как золотая рыбка, вильнет хвостом и растворится в пучине.

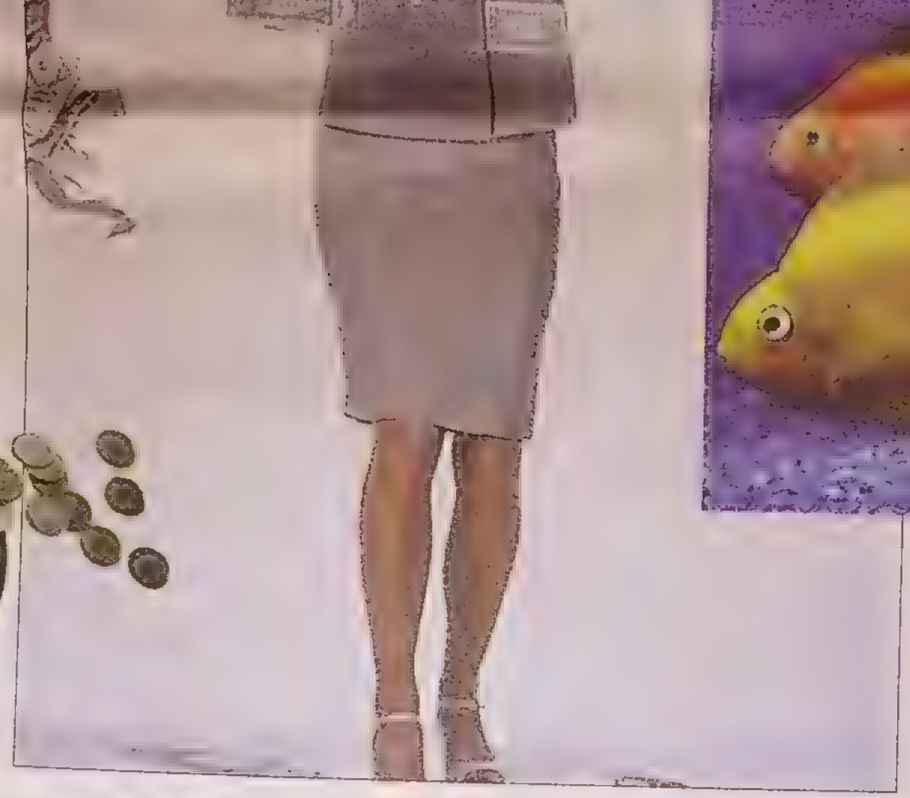
Горшочек, вари!

Есть и другие способы справиться с материальными трудностями. Например, прибегнуть к помощи фэн-шуй. Напомню, что в этой древней китайской науке каждый предмет соотносится с определенной стихией. Стихия денег - вода, и, если хотите привлечь к себе финансовый поток, элементы воды непременно должны присутствовать в вашем жилище. Но не увлекайтесь: преобладание той или иной стихии неизбежно приведет к дисбалансу.

Пусть воплощением воды станет обыкновенный аквариум, размещенный на юго-восточной части дома. Запустите в него девять рыбок: восемь золотых или красных (символизирующих рост, процветание, богатство) и одну черную (она защитит вас от неудач, зависимости и любой негативной энергии).

Еще одним символом благополучия является трехлапая *лягушка, зажавшая во рту монету. Купите такую статуэтку и поставьте на поднос или блюдечко,* насыпав туда как можно больше мелочи. Денежки могут быть как «китайские»: сувенирные монетки с иероглифами и дырочкой в центре, так и обычные наши руб-

ке? Если полагаете, что все они – воры и мошенники («честным трудом столько денег не заработаешь!»), то наверняка всю жизнь просидите у разбитого корыта.



зор).

Затем скажите: «Я прошу у эгрегора сумму, нужную на покупку этой вещи». Проделайте упражнение три раза в течение недели. Через какое-то время неожиданно появятся средства на вожделенную покупку.

Добившись удачи, не думайте, будто ухватили за хвост жар-птицу. Первым делом от души поблагодарите эгрегор, тогда он наверняка исполнит и следующую вашу просьбу. Возможно, это произойдет не сразу, а спустя несколько месяцев.

Если удастся наладить контакт с эгрегором денег, он станет подкидывать вам предложения: дельные идеи, возможные идеи устроиться на новую работу. И тем временем будет внимательно наблюдать за вами. Если не упустите свой

энергии).

Еще одним символом благополучия является трехлапая лягушка, зажавшая во рту монету. Купите такую статуэтку и поставьте на поднос или блюдечко, насыпав туда как можно больше мелочи. Денежки могут быть как «китайские»: сувенирные монетки с иероглифами и дырочкой в центре, так и обычные наши рубли и копейки.

Поставьте эту магическую композицию на рабочий стол, книжную полку или на подоконник – главное, чтобы вы чувствовали: символ процветания всегда рядом, оберегает и поддерживает в трудную минуту.

Если в магазине получите сдачу горсткой мелочи, не возмущайтесь: это очень хороший знак. Разложите часть монет по карманам, остальные разделите пополам: часть отдайте трехлапой лягушке, часть поместите в небольшой керамический горшочек и поставьте его в западной части дома.

Символом благополучия является трехлапая лягушка, зажавшая во рту монету.

Складывайте в него мелочь, а, когда горшочек наполнится, закопайте у ворот своего жилища или у подъезда, очень скоро в ваш дом придет достаток.

Из газеты «Оракул».

Магические книги

Все разделы практической и теоретической магии, гипноза, астрологии.

Более 1000 наименований книг в продаже.

ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ: Самоучители магии для начинающих. Черная и белая магия. Астральные путешествия. Магические ритуалы и привороты. Сборники заговоров для различных целей. Амулеты и талисманы. Приемы защиты от порчи и сглаза. Практические пособия по любовной магии.

ГАДАНИЯ: Хиромантия. Нумерология. Сонники. Оракулы.

ГИПНОТИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ: Теория и практика гипноза и самогипноза. Учебники гипноза.

МАГИЧЕСКИЕ ИНСТРУМЕНТЫ: Руны. Карты Таро и книги по их использованию. Биолокационные рамки и маятники.

КНИГИ ВЕЛИКИХ МАГОВ: Самые известные магические трактаты. Оккультизм. Спиритизм. Алхимия.

ЭЗОТЕРИКА: Тайные учения Востока. Новейшие мистические учения.

603132, г.Н.Новгород,
а/я 445 "А-6" + конверт с о.а.
Вы сможете проникнуть в мир магии и научитесь использовать ее в своих целях.

magicbooks@mail.ru

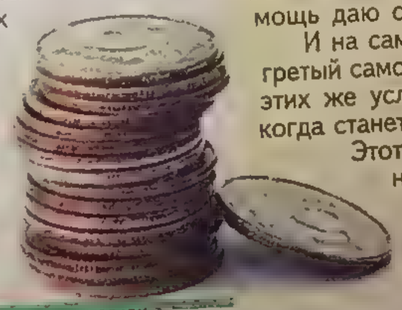
Реклама. Москвитин А.Г. ОГРН 305526020000017

Ведь фактически вы обвиняете эгрегор: получается, будто он помогает людям, нечистым на руку. Что ж, не сомневайтесь: эгрегор позаботится о вашей нравственности: даже если будете много и честно трудиться, богатым никогда не станете.

Считаете, что миллионеры – люди умные и неленивые? Тогда стоит попробовать привлечь к себе внимание эгрегора. В этом вам поможет медитация на денежный поток. Представьте, что купюры падают с небес прямо к вашим ногам - чем детальнее получается картинка, тем больше шансов на успех.

В принципе медитировать следует при растущей луне, но если завтра ожидается зарплата или другое поступление денег, то независимо от лунных циклов непременно проведите медитацию.

Собираетесь купить нечто дорогостоящее? Представьте эту вещь во всех деталях - размер,



КСТАТИ

Рабочий пятак

Положить гербом вверх пятак одной монетой слева от себя на угол прилавка, который ближе к вам. На монету предварительно наговаривают три раза: «Пят Пятакович! Старших братьев-сестер вспоминай, к себе в компанию привлекай. В помощь даю свой товар, а вечером - самовар. Истинно!»

И на самом деле вечером этот пятак нужно класть под нагретый самовар (гербом вниз), а если у вас нет самовара, то на этих же условиях можно поместить его под горячий чайник, когда станете пить чай.

Этот пятак «рабочий», и его хранят, как говорится, словно зеницу ока. Пятак, как петушиное перо, набирает свою силу со временем и может переходить по наследству.

Ю.Гагарин, Г.Титов
Съедобный гриб
Американский мент
Член семьи
Ответ на призыв
Щека (устар.)
Автор, скрывший свое имя
Хищная птица
Перегородка
Женский шарф
Изъян
Кондитерское изделие
Польский писатель-фантаст
Несчастье
Арабский бубен
Пища
Комнатная печь
Главный мулла
Москит
Сорт английского пива
Ремни у седла
Ограда
Территория, местность
Роман М.Горького
Зодиакальное созвездие
Часть слова
Духовное звание
Фруктовый напиток
Газеты, журналы
Штурвал
Легенда
Тенор, баритон
Опера С.Рахманинова
Сельхоз.животное
Пистолет, револьвер
Молочный напиток
...Жуан
Наружная часть колеса
Овраг
..., ре, ми
Старинная восточная игра

Составил Ю. ВИНОКУРОВ.

ВЫХОД В СВЕТ

МОРФЕЙ № 15

СОВЕТ МАГА

Бегом от сглаза

***

ВЫХОД В СВЕТ

«МОРФЕЙ» №15

18 ноября Выходит в свет очередной номер газеты «Морфей»

«ПОТЕРЯННЫЙ ТАЛИСМАН» - пропажа случилась в понедельник - к миру в семье. А во вторник?

«ИГОЛКА-ВОЛШЕБНИЦА» - не отдавайте вашу маленькую помощницу в чужие руки. Почему?

«ДОБРОЙ ДОРОГИ!» - какой заговор защитит от гололеда и неприятностей в пути?

«СТУПЕНЬКИ К ХРАМУ» - сновед «Морфея» разгадывает ваши сны.

Что Вас ждет в следующем номере нашей газеты?

«БЛОХИ - СЛУГИ ДЬЯВОЛА»
Кто засылает на Землю жуткие вирусы-убийцы?

«ПЕРЕВОДЧИК С ИНОПЛАНЕТНОГО»
Неужели обычный архитектор открыл канал связи с космосом?

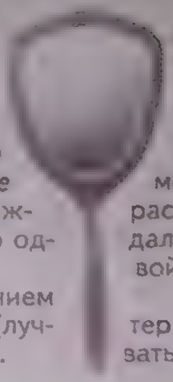
«ЧЕЛОВЕК-КВАРТЕТ»
Этот зомбированный киллер должен был убить Фиделя Кастро?

СОВЕТ МАГА

Бегом от сглаза

● От любого сглаза вас защитит небольшое зеркальце, приобретенное в дату рождения своей матери (независимо от того, жива она или нет), на которое нужно сказать на восходе солнца: ***«Отрази и защити!»***, в полдень: ***«Дурной глаз сам себе в глаз!»*** и на заходе солнца: ***«Себе оставь!»***. После каждой фразы трижды крестить зеркальце и целовать по одному разу его центр.

Носить затем при себе отражением «от себя» в любом месте на груди (лучше слева) и скрытно от посторонних.



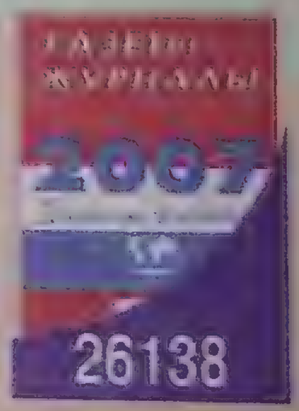
***

● Взять старый, уже не нужный ключ, пятак одной монетой, любое колечко (можно бижутерию), белое перо от курицы, щепотку собачьей шерсти и все эти компоненты сложить в маленький холщовый мешочек. Носить при себе в области расположения сердца (можно как медальон, который фиксировать на суровой нитке в центре груди).

Через год мешочек бросить в костер и на этих же условиях сформировать новый.

Подписка на I полугодие 2007 года на газету

Смотрите наши индексы в каталогах:



Подписка в Республике Беларусь по каталогу "Белпочта" 40853

Главный редактор В.И. УРУСОВА
т. 32-98-13

Учредитель: ЗАО "Издательство "Газетный мир"
Генеральный директор А.А. ЗАБОТИН
т. 32-98-14

Адрес редакции и учредителя:
603126, Н.Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1

РЕКЛАМНОЕ АГЕНТСТВО
603126, Н.Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1
Дирекция: тел.(8312)34-88-20
Прием рекламы, тел.: (8312)34-91-15, 34-91-16
Региональная группа, тел./факс (8312)34-88-22
E-mail:reclama@gmi.ru
За достоверность рекламной информации ответственность несет рекламодатель.

Служба распространения и доставки
тел. 75-97-54, 75-98-68, 75-98-67, 75-97-53
Индексы: 40853, 16548
E-mail:gmi@gmi.ru

Газета зарегистрирована Министерством РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Рег. свидетельство ПИ №77-14431 от 23.01.2003.

Распространяется в городах: Абакан, Архангельск, Балаково, Барнаул, Белгород, Братск, Брянск, Волгоград, Волгодонск, Вологда, Иваново, Ижевск, Йошкар-Ола, Калининград, Киров, Курган, Мурманск, Нальчик, Нарьян-Мар, Новый Уренгой, Оренбург, Орел, Петрозаводск, Пермь, Псков, Пятигорск, Ростов-на-Дону, Рязань, Саратов, Северодвинск, Ставрополь, Сургут, Тамбов, Чебоксары, Новочебоксарск, Владимир, Ухта, Чита, Элиста, Ярославль.

ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТАЙНЫ ЧУДЕСА

ПОКА МЫ ВЕРИМ В ЧУДО, МЫ ЖИВЕМ

№14
(374)

2010 г.

Капкан для призрака

«ПЕРВЫЙ КОСМОНАВТ ЗВАЛ НА ПОМОЩЬ»

Неужели это был

«ПЕРВЫЙ КОСМОНАВТ ЗВАЛ НА ПОМОЩЬ»

Неужели это было еще до полета Гагарина?

8

«ПРЕДЧУВСТВИЕ СМЕРТИ»

Почему дети и гении без колебаний идут навстречу гибели?

7

Неужели ученые поймали телепередачу с того света?

Стр. 2

ПОТОРОПИТЕСЬ!

Только до 31 августа можно оформить подписку
на 1-е полугодие 2011 года по ценам 2-го полугодия 2010 года.

Подписной индекс по каталогу «Почта России» 16548

4 607074 331106 10014

ОТТУДА

Капкан для призрака

Неужели ученые поймали телепередачу с того света?

Откровенная, казалось бы, мистика. Но в серьезной академии за нее взялись серьезно.

И создали научную лабораторию, в которой к призракам, привидениям, духам и прочей чертовщине относятся как к реально существующим явлениям. Только называют иначе - тонкоматериальными аномалиями. Возглавляет лабораторию **заведующий кафедрой гуманитарных наук Сергей Волков.**

Тонкая материя

- Открыть охоту за привидениями - смелый шаг для солидного научного учреждения, - говорю я. - Как вы на него отважились?

- Познакомил руководство со свидетельствами очевидцев, с фотографиями, видеоматериалами, - отвечает Сергей Николаевич. - И убедил, что пора науке сделать хотя бы попытку объяснить странные явления, с которыми сталкиваются тысячи людей по всему миру. Мы начали с экспериментов.

- Духов вызываете?

- Что-то вроде этого... Вот, к примеру, собрали установку, с помощью которой можно, как вы выражаетесь, вызвать призрак из загробного мира на экран телевизора.

Далее ученый пояснил, что телепередачи с того света четкостью не отличаются. И пока в лучшем случае на экране проступают чьи-то размытые лики. И не каждый раз. Порой нужно провести пять-шесть «сеансов», чтобы засечь явление, длящееся доли секунды. А потом несколько дней просматривать кадр за кадром, чтобы сфотографировать призрак. Несколько снимков в лаборатории уже сделали.

термин в переводе означает «умопостигаемая организованность». Или «информационно-распределительные структуры». Мы стараемся паранауку приблизить к традиционной. И накапливаем статистику PLO. Ездим со студентами по деревням, собираем фольклор местных жителей про домовых и леших, демонов и ангелов. Кроме того, формируем архив реальных, подтвержденных специалистами фото- и видеосъемок феноменов, будь то НЛО или «дьявольские огни» на кладбище. Создаем приборы, с помощью которых можно было бы научно объяснить появление PLO.

Всевидящий фотоглаз

Ученый показал мне кое-что из «проверенного» архива. На одном из снимков было видно, что за спиной мужчины в стекле серванта отражается лицо женщины с синей кожей и закрытыми глазами. «Утопленница» явно вынырнула из другого измерения, потому что в комнате, кроме мужчины, никого не было, а выключенный телевизор стоит задом к серванту.

Другая фотография - из московского зоопарка: на стекле, ограждающем вольер, проступи-

зона, ближе к рентгеновскому. И фотоаппарат может фиксировать эти «запредельные» длины волн, захватывая оттуда призрачных монстров.

- Но сколько я ни фотографирую, призраки на пленке не проявляются.

- Вы неправильно снимаете! Во-первых, надо снимать то место, где наблюдалось нечто странное - будь то «нехорошая» квартира или поле, на которое приземлялся НЛО. И во-вторых, необходимо сделать от 12 до 70 кадров подряд с интервалом приблизительно в 3 секунды. Дело в том, что часто призрак пульсирует, то проваливаясь на доли секунды в свой мир, то вновь появляясь в нашем. И вот эту-то пульсацию фотоаппарат может поймать и зафиксировать. И лучше снимать пленочным фотоаппаратом. Если сфотографируете на «цифре», вас обвинят в подделке.

Ждите «гостей» после дождя

- А как же множество рассказов людей, как наших современников, так и наших далеких предков, которые видели призраков невооруженным глазом?

- «Гости» из потустороннего мира случайно «высвечиваются» при особых благоприятных для них атмосферных условиях, например после дождя или грозы, когда воздух сильно ионизирован. Тогда PLO входят в фиолетовый диапазон, становятся видимыми. Многие принимают их за НЛО. А кому-то являются и «белые дамы».

Мой предварительный вывод таков: во всех подобных аномалиях, включая и материализацию человекоподобных фигур, все-таки присутствует наше сознание. Оно каким-то образом контактирует с невидимым миром. И, возможно, черпает оттуда такие феноменальные способности, как предчувствие и ясновидение.

Мы используем свой мозг

лучшем случае на экране проступают чьи-то размытые лики. И не каждый раз. Порой нужно провести пять-шесть «сеансов», чтобы засечь явление, длящееся доли секунды. А потом несколько дней просматривать кадр за кадром, чтобы сфотографировать призрак. Несколько снимков в лаборатории уже сделали.

Коллегам Волкова из Германии, Ирландии, Бельгии, Англии, США и Канады повезло больше - они накопили уже сотни качественных изображений «гостей» с того света. Правда, на Западе опыты по инструментальной транскоммуникации - так называется этот вид деятельности - проводят не один десяток лет. Некоторые даже ловят лики знаменитостей. Так инженер Клаус Шрайбер из Экс-ла-Шапель запечатлел на телеэкране Людовика II Баварского, Альберта Эйнштейна и кинозвезду Роми Шнайдер.

Метод резонансной петли

Тем временем Волков настраивает телевизор на белую рябь - свободный от трансляций телеканал. Напротив ставит видеокамеру и два зеркала. Одно - за телевизором лицом к объективу, а второе - за камерой так, чтобы зеркало одновременно отражало и экран, и зеркало, в котором отражается камера.

- Таким образом получается двойной коридор, образующий замкнутую видеоинформационную сеть, из которой потусторонний «сигнал» как бы попадает в

капкан, - объясняет мой собеседник, - и тогда на экране может появиться изображение призрака.

Но важным элементом эксперимента является некий предмет, принадлежавший покойному, - продолжает Сергей Николаевич. - Это могут быть его рубашка, расческа, авторучка и даже состриженные волосы или ногти. Их кладут между телевизором и камерой. Предметы исполняют роль своеобразного резонатора, ускорителя процесса, потому что у них есть некие еще не изученные наукой вибрации, которые как бы подтягивают в наш мир сущность из загробного мира. Конечно, это несколько напоминает колдовские ритуалы, но мои зарубежные коллеги называют это «методом резонансной петли».

- Вот что в принципе может получиться, если ловить призраков с помощью телевизора, - Волков протянул мне несколько фотографий.

На одной из них сквозь черно-белые полосы пробивался расплывчатый профиль красивой девушки на фоне ниспадающей материи, напоминающей крыло. Это был лик недавно умершей... соседки-старушки.

- Ничего удивительного, - пояснил Волков, - часто наш мир привидения посещают не в том возрасте, в котором умерли, а в свои самые лучшие годы.

PLO - это вам не НЛО!

- Обычно мы стараемся не произносить слова вроде «привидение», «призрак», - говорит Волков. - Для мистических феноменов существует уже общепринятый термин: PLO - Perceptible Logical Organization - введенный нами

спиной мужчины в стекле серванта отражается лицо женщины с синей кожей и закрытыми глазами. «Утопленница» явно вынырнула из другого измерения, потому что в комнате, кроме мужчины, никого не было, а выключенный телевизор стоит задом к серванту.

Другая фотография - из московского зоопарка: на стекле, ограждающем вольер, проступило лицо бородатого мужчины, похожего на Распутина.

- А этот снимок сделан во время спиритического сеанса, - объясняет Волков. - За моей спиной вдруг проявилась летящая зигзагом «белая простыня».

Инженер Клаус Шрайбер из Германии вызвал на телеэкране призрак Эйнштейна и кинозвезды Роми Шнайдер.

- Почему мы не видим привидений, которые находятся рядом с нами, а фотоаппарат их фиксирует? - интересуюсь.

- Потому что энергетические сгустки из параллельного мира, которые могут оказаться душами умерших или разумными существами невидимого нам мира, находятся за пределами нашего восприятия. Ведь наш глаз способен различить волны только от фиолетового до красного. А привидения «живут» за границами этих спектров. У них другой частотный диапазон, находящийся за «ультра» и «инфра». Я даже предполагаю, что больше всего PLO находится левее ультрафиолетового диапа-

Дамы».

Мой предварительный вывод таков: во всех подобных аномалиях, включая и материализацию человекоподобных фигур, все-таки присутствует наше сознание. Оно каким-то образом контактирует с невидимым миром. И, возможно, черпает оттуда такие феноменальные способности, как предчувствие и ясновидение.

Мы используем свой мозг всего на 10 процентов. А остальное? Не исключено, что это и есть тот самый скрытый потенциал, который пока неведомым нам образом помогает контактировать с представителями иного мира.

Волшебный жезл

Сергей Николаевич поделился со мной секретом. Приманивать призраков в наш мир, оказывается, можно с помощью жезла, изготовленного по технологии магов XVII века. Жезл представляет собой ореховую палку длиной от кончика среднего пальца до локтя «хозяина». На концах - из специального материала наконечники, а внутри проволока-«серебрянка» диаметром 2 мм и еще кое-что, относящееся к ноу-хау. Я только руку протянула - подержать странную вещицу, как Волков цыкнул: «Нельзя его другому человеку брать - неизвестно, что может приключиться».

АВТОРИТЕТНОЕ МНЕНИЕ

Нельзя отвергать то, что мы еще не можем объяснить

Ректор Пензенской государственной технологической академии, доктор педагогических наук, профессор, заслуженный работник высшей школы РФ Василий Борисович МОИСЕЕВ:

- Надо поддерживать все научные изыскания, которые востребованы человеческим любопытством. Если знания дают возможность узнать дополнительную информацию о себе, об окружающем мире, разобраться в том, что еще находится за гранью понимания, - этому надо только способствовать. Я с детства восторгался фантазиями Жюля Верна. Но все описанные им научные достижения в то время казались глупой выдумкой. Только сейчас стали реальностью подводные лодки, видеокамеры, сотовые телефоны.

Или другой пример. Моя бабушка жила в Калуге, когда еще был жив Циолковский. И она видела, как смеялись над чудаком, мечтавшим подняться к звездам. И то, чем сейчас занимается Волков, тоже может оказаться не сумасшедшими идеями. Ведь необычные феномены существуют. И ни в коем случае нельзя отвергать то, что мы еще не можем объяснить!

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Очень странные «дефекты»

Фотограф Вячеслав ПАШКИН:

- Я не могу объяснить природу этих «дефектов». На проявленных фотопленках аномалии отпечатаны на каждом кадре с разницей в три секунды. А испорчены могут быть один или два кадра, но не пятьдесят же сразу! Поэтому фотографии «призраков» не поддаются разумному объяснению. На цветной пленке невозможно исказить изображение, тем более на любительском снимке. А если «шары» - дефект, то они должны находиться на кадре в одном месте. А на снимках Волкова светящиеся «шары» блуждают из кадра в кадр. Кроме того, если бы они были бликом какого-то предмета, то отпечатались бы яркой точкой с размытыми краями и «лучиками». А на всех фото изображены геометрически правильные круглые формы.

www.ufolog.ru

Коллаж Юрия ШУЛЬПИНА.

Французский оборотень

ЖУТЬ

Винодел из Гасконии Жером Форжерак страдает очень странной болезнью.

С детства гасконец отличался повышенной густотой волосяного покрова, а обучаясь в колледже, вдруг заметил, что в определенные периоды волосы на его теле начинают расти гуще и становятся на удивление жесткими. Как правило, начиналось это за месяц-полтора до равноденствия, а спустя примерно такой же срок все приходило в норму.

Оно бы и ничего, но характер Жерома в эти периоды ощутимо портился: он пребывал в постоянном раздражении, мог беспричинно вспылить, а несколько раз дело доходило до драк с ни в чем не повинными людьми.

После женитьбы странная болезнь отступила, а потом и совсем перестала давать о себе знать. В тишине и покое прошло около [illegible]ати лет, а затем мадам Форжерак попала в автомобильную аварию и оказалась парализованной на всю оставшуюся жизнь.

Как человек на глазах превращается в зверя?...

КОЗНИ

В сорока милях от Востока, на берегу Массачусетсского залива, находится небольшой провинциальный город Салем. Более трехсот лет назад здесь происходили страшные события.

Все началось в январский день 1692 года, когда в 9-летнюю Бетти и 11-летнюю Абигайл вселились бесы. У девочек апатия сменялась ничем не объяснимым раздражением. Время от времени они падали на пол или на землю, бились в судорогах, безумно кричали, затем то рыдали, то неистово смеялись.

Или бес в тебя вселился?

Служанка дома, негритянка Титуба, решила проверить - не нечистый ли в них вселился? Она облила кусок мяса мочой девочек, сожгла его и остатки скормила собаке. Благие намерения Титубы были наказаны.

О ворожбе стало известно. Бетти начала синеть и прохрипетелей она... полетела и скрылась за горизонтом!

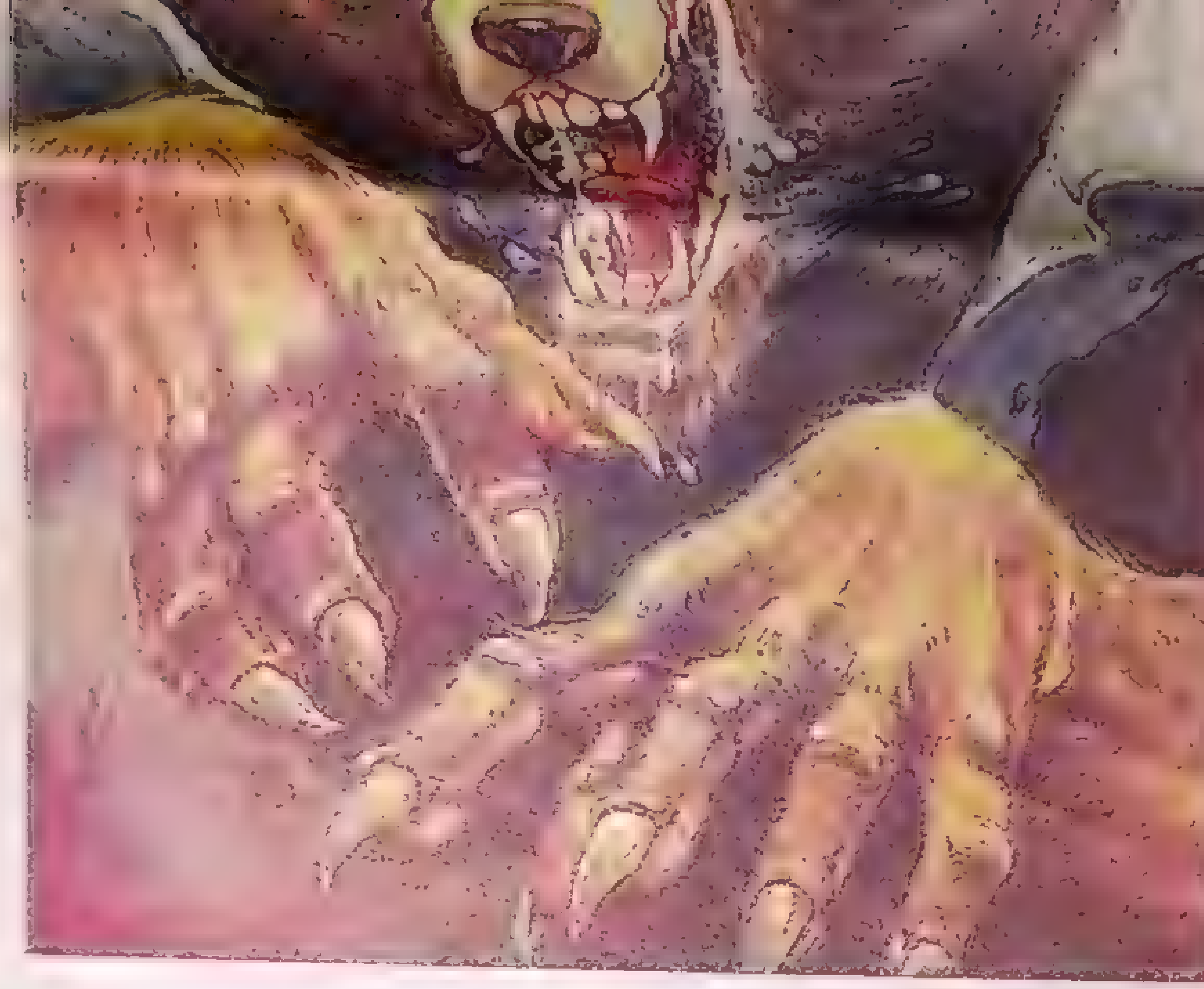
Ошеломленный комиссар здесь же на площади обещал выдать огромное вознаграждение тому, кто приведет к нему ведьму. Через два дня старуху задержали местные пастухи и привели к комиссару. Тот удивленно спросил, почему она не улетела подальше от этих мест. «Господин пожелал перенести меня только на расстояние трех верст и оставил в поле, где нашли меня пастухи».

Кто прислуживает Сатане?

[illegible] янном раздражении, мог беспричинно вспылить, а несколько раз дело доходило до драк с ни в чем не повинными людьми.

После женитьбы странная болезнь отступила, а потом и совсем перестала давать о себе знать. В тишине и покое прошло около тридцати лет, а затем мадам Форжерак попала в автомобильную аварию и оказалась парализованной на всю оставшуюся жизнь.

Через полгода, перед очередным равноденствием, 50-летний Жером с ужасом ощутил рецидив юношеского заболевания. При этом загадочная хворь проявилась как никогда сильно. На груди, спине, руках и ногах преуспевающего дельца за несколько дней отросла настоящая звериная шерсть, речь его стала нечленораздельной. При взгляде в зеркало Форжераку казалось, что и лицо его меняется, превращаясь в медвежью морду.



Кризис наступил однажды ночью. Семья находилась в это время в своей загородной усадьбе. Парализованная мадам Форжерак, ее разведенная дочь Франсуаза и внуки - 6-летний Пьер и 4-летняя Милен - в страхе забаррикадировались в спальне больной, ибо невменяемый отец семейства с чудовищной силой кидался на дверь, пытаясь выломать ее.

- Интересно, что он сохранял остатки разума, - говорит доктор Дебуаль. - Временами жажда крови уступала место любви к близким людям, и он умолял их бежать, пока не поздно. По крайней мере, ему самому казалось, что умоляет. На деле члены семьи слышали лишь звериное рычание

Возможно, «браки» животных с людьми не остаются бесплодными.

В какой-то момент (как позже выяснилось - на следующие сутки) Жером внезапно очнулся в лесу, неподалеку от усадьбы, абсолютно голый и дрожащий от холода. Он был по-прежнему волосат, но медвежья шерсть вылезала клочьями. Там его и нашли жандармы, вызванные перепуганными домочадцами.

- Я изучал своего пациента долгие годы, но отыскать причину заболевания так и не смог, - говорил Бастен Дебуаль. - Это действительно болезнь, и она как-то связана с генами. Осмелюсь высказать предположение: возможно, при некоторых обстоятельствах «браки» животных с людьми не остаются бесплодными. Возможно, что через несколько поколений звериная наследственность дает о себе знать, человек становится оборотнем. Может быть, в будущем кому-нибудь из моих коллег повезет больше, и он сумеет раскрыть механизм подобных превращений.

www.ufozona.com

Кто прислуживает Сатане?

умно кричали, затем то [illegible] то неистово смеялись.

Служанка дома, негритянка Титуба, решила проверить - не нечистый ли в них вселился? Она облила кусок мяса мочой девочек, сожгла его и остатки скормила собаке. Благие намерения Титубы были наказаны.

О ворожбе стало известно. Бетти начала синеть и прохрипела: «Титуба». Негритянку сразу арестовали. Вскоре к ней в камеру посадили нищенку Сару Гуд и фермершу Сару Осборн. Их имена в припадке также сообщили одержимые бесом. После этого случая обвинения в колдовстве посыпались направо и налево.

Женщина думала, что девочки просто развлекаются, корчась на полу и разыгрывая сценки. Но грубый, недетский голос, которым они выкрикивали свои ругательства, свидетельствовал: кто-то другой, вселившийся в них, руководит спектаклем.

В 1507 году в Калахари (Африка) существовала крупная секта. Ее члены признавали своим хозяином и господином дьявола. Со своей стороны «хозяин» одаривал своих служителей способностью навлекать болезни на животных и совершать другие зловредные дела. После ареста сектантов комиссар полиции пожелал сам убедиться в фактах колдовства. Одной старой ведьме за демонстрацию колдовства он обещал помилование.

Ведьма согласилась на предложение. Попросила принести отобранную при аресте коробочку, после чего поднялась вместе с комиссаром в башню. Там встала перед окном. На виду собравшейся публики она тщательно намазала ладонь левой руки, кисть, локоть, под мышкой и всю левую сторону тела смесью из коробочки. После проделанной манипуляции она закричала диким голосом: «Ты здесь?» Присутствующие явственно услышали могучий голос, ответивший: «Да, я здесь!» Тогда старуха стала спускаться вдоль башни вниз головой, как ящерица. На середине башни на глазах испуганных зри-

дать огромное вознаграждение тому, кто приведет к нему ведьму. Через два дня старуху задержали местные пастухи и привели к комиссару. Тот удивленно спросил, почему она не улетела подальше от этих мест. «Господин пожелал перенести меня только на расстояние трех верст и оставил в поле, где нашли меня пастухи», - спокойно ответила старуха. Этот удивительный случай обнародован в «Истории инквизиции» Артюра Арну.

В России официального суда над ведьмами не существовало. Но народ признавал, что они живут на земле, и оставил немало рассказов на эту тему. В одной версте от деревни Рожковичи бывшего Пружанского уезда стояли две сосны, между которыми в одну и ту же пору года появлялась женщина с распущенными волосами и в белой длинной одежде. Кто бы ни попался этой женщине, делался ее жертвой: она водила по болотам, изнуряла до последней степени, умерщвляла измученного. И никто следов несчастного найти не мог. Спаслись от ведьмы всего несколько человек. Они рассказывали, что во время странствования видели длинные и широкие реки, громадные леса и большие города.

Нечто подобное происходило и на четвертой версте от местечка Заблудово. Там на большой горе проживала ведьма. Редко кто мог проехать мимо этого места целым и невредимым. Обычно ведьма догоняла проезжего, сильным криком приводила в оцепенение лошадей и седоков, а потом душила их на своей груди. Но однажды догадливый кучер попросил своего барина выйти из экипажа и спрятаться за деревом. Лошадей пустили вперед. Их, как обычно, ведьма остановила нечеловеческим голосом и стала душить. В это время кучер сорвал серебряную пуговицу с одежды хозяина, зарядил ружье, убил ведьму, из раны которой потекла не кровь, а смола.

www.anomalia.kulichki.ru

Призрак в окне почтового отделения

В Новой Зеландии некая Эндрю Уотерс со своим другом Кимом Вардом поехали отдохнуть на выходные в городок Сент-Базенс. По дороге они заехали в Vulcan Hotel, место, где гуляет легенда о привидениях, чтоб затариться выпивкой.

«Я еще ворчала на Кима, что ему какая-то чепуха в голову пришла зайти именно туда, потому что он хотел увидеть призрака,- говорит Эндрю. - В баре мы купили пива и я почувствовала, что моя кожа покрылась пупырышками, как от страха или холода, но я думала, что это от волнения».

Потом пара фотографировалась на фоне почты и после проявления заметила в окне расплывчатый силуэт. Причем Ким даже после этого не поверил в привидения. Так и остался скептиком.

Менеджер отеля сказал, что это первый случай появления на почте, помещение которой пустует, к слову, уже год, привидения. И что все это добавляет еще больше в легенду о местном привидении.

КОШМАРИКИ

Недавно в Румынии состоялся очередной всемирный съезд поклонников одного из самых известных литературных героев - графа Дракулы.

Садист-дракула

У литературного Дракулы был реальный прототип - князь Влад III Дракулэ, живший в XV веке. Он вел свою родословную от князя Базараба Великого (1310-1352), первого правителя независимой Валахии (так называется южная часть современной Румынии).

Свое шестилетнее правление Влад III начал с того, что пригласил в столицу княжества Тырговиште около пятисот бояр, участвовавших в заговоре против отца, с семьями якобы на пир в честь своего вступления на престол. Во время застолья Дракула спросил, многих ли правителей пережили бояре. Получив ответ, что многих, Влад гневно крикнул, что все князья, которых они пережили, были убиты в результате их, боярских, заговоров, и приказал арестовать гостей.

Бояр постарше князь Влад III велел посадить на кол. Остальных отправил «по этапу» за восемьдесят километров в городок Поэнри, где на вершине холма над рекой он распорядился построить крепость. После тяжелого перехода, во время которого по приказу Дракулы люди ни разу не останавливались на отдых, и нескольких лет строительства крепости почти все бояре и их родственники умерли.

Больше всего Дракула любил сажать провинившихся на кол, который постепенно разрывал внутренние органы человека. Смерть на колу была страшно мучительной и часто затягивалась

Кем был главный вампир всех времен и народов?

це. Отступая, он сжигал деревни и отравлял колодцы. Подойдя к Тырговиште, воины султана увидели ужасную картину, известную в истории как «лес из посаженных на колья». Перед столицей Валахии раскинулся целый лес из кольев, на которые Влад Дракула распорядился посадить около двадцати тысяч пленных турок.

В 1474 году турецкий султан посадил на престол представителя другого клана валахских князей. Но через два года после этого Влад Дракула, заручившись помощью трансильванцев и молдаван,

КСТАТИ

Пробуждение жены упыря

Жители перуанского населенного пункта Писко (к югу от Лимы), вооруженные чесноком и распятиями, вынуждены бодрствовать днем и ночью, чтобы их не застала врасплох жена самого кровожадного вампира в мире - графа Дракулы.

К такому круглосуточному дежурству их вынудило тело Сары Эллен Робертс, которое, как заявляют очевидцы, решило выбраться из гроба наружу, пролежав под землей ни много ни мало 84 года.

- Я чувствовала, как земля дрожала под ногами, а воздух около ее могилы стал холодным, как лед, - говорит 37-летний Хорхе Мендроза.

- Она изо всех сил пытается выбраться из обитого свинцом гроба, в который ее положили более 80 лет назад, и многие опасаются, что в конце концов ей это удастся, - говорит Рамон Кинсада, профессор истории в университете Лимы и единственный специалист, изучающий легенду о таинственной женщине, которая при загадочных обстоятельствах попала на это кладбище. - Ее звали Сара Эллен Робертс. Она была англичанкой и отличалась удивительной красотой. По имеющимся данным, это третья жена графа Дракулы, который представился ей как Джон Робертс. Он жил в то время в небольшой деревушке в Уэльсе.

Однако сообщения о появлении в тех краях вампиров и странная смерть нескольких детей взбудоражили жителей деревни. И в 1912 году люди проникли в замок г-на Робертса, похожий на крепость, схватили Сару, но сам Дракула сумел улизнуть. Согласно легенде, ее заживо похоронили в обитом свинцом гробу. Но спустя несколько дней ее муж выкопал гроб и увез.

Так называемый Джон Роб

строительства крепости почти все бояре и их родственники умерли.

Больше всего Дракула любил сажать провинившихся на кол, который постепенно разрывал внутренние органы человека. Смерть на колу была страшно мучительной и часто затягивалась на несколько дней. Из-за любви Дракулы к этому виду наказания румыны прозвали его Тепешом, что означает колосажатель. Влад относился к казням на колу как к искусству. Одиночным казням он предпочитал массовые. При этом колья расставлялись не абы как, а в виде разных узоров. Особенно любил Дракула совершать казни провинившихся людей во время своих пиров. Он сидел за столом, уставленным яствами и кубками с вином, и с удовольствием смотрел, как несчастные корчатся на кольях от невыносимой боли.

Дракула применял для разнообразия и другие виды казней: сдирал с преступников живьем кожу, бросал в кипяток, обезглавливал, ослеплял, душил, вешал, отрезал носы, уши, половые органы После казней трупы в воспитательных целях выставлялись на всеобщее обозрение

Больше всего князь любил сажать провинившихся на кол.

При помощи таких суровых мер Дракула свел преступность в княжестве практически к нулю. Иностранцы, приезжавшие в Валахию, удивлялись честности местных жителей. В самом начале своего правления Дракула приказал поставить у источника на главной площади Тырговиште золотой кубок, из которого и днем, и ночью любой желающий мог напиться воды Кубок простоял на городской площади все шесть лет его правления, и никто даже подумать не посмел, чтобы украсть эту очень ценную вещь

В 1462 году Влад Дракула, всю жизнь ненавидевший турок, напал на них и вытеснил из долины Дуная. В отместку султан Мехмед II Завоеватель вторгся в Валахию с огромным войском, по численности втрое превышавшем валахскую армию. Дракула был вынужден отойти к столице целый лес из кольев, на которые Влад Дракула распорядился посадить около двадцати тысяч пленных турок.

В 1474 году турецкий султан посадил на престол представителя другого клана валахских князей. Но через два года после этого Влад Дракула, заручившись помощью трансильванцев и молдаван, вторгся в Валахию и захватил княжеский трон. Но ненадолго. Валахию вновь решили вернуть себе турки, и в сражении под Бухарестом в конце декабря 1475 года Влад Дракула погиб.

За годы своего правления Влад Дракула казнил, по разным оценкам, от сорока до ста тысяч человек! Один из его подданных, скрывшись от гнева хозяина в Германии, рассказал там подробно о зверствах Дракулы. В частности, он сообщил, что для сохранения молодости и силы Влад купается в крови своих жертв Еще при жизни кровавого князя Дракулы в 1463 году в Германии вышла книга «История воеводы Дракулы», детально описывающая все его изуверства.

После выхода этой немецкой книги рассказы о кровожадности Дракулы широко распространились во всей Европе. Тот факт, что Влад Дракула любил купаться в крови, сделал из него главного вампира всех времен и народов

www.ufozona.com

странная смерть нескольких детей взбудоражили жителей деревни. И в 1912 году люди проникли в замок г-на Робертса, похожий на крепость, схватили Сару, но сам Дракула сумел улизнуть. Согласно легенде, ее заживо похоронили в обитом свинцом гробу, но спустя несколько дней ее муж выкопал гроб и увез

Так называемый Джон Робертс погрузил гроб на судно, направлявшееся в Южную Америку. При подходе корабля к берегам Перу на нем стали происходить странные вещи, что заставило капитана высадить Робертса с его страшным грузом в первом же порту - Писко. Об этом нам поведал местный историк Херве Васкес.

- У человека, назвавшегося Джоном Робертсом, не было соответствующих документов и свидетельства о смерти жены, поэтому ему с трудом удалось выхлопотать у властей разрешение похоронить Сару на местном кладбище, - рассказывает Васкес. - Через несколько дней в Писко прибыли английские полицейские, которые искали Джона Робертса. Они сообщили властям, что Робертс на самом деле был графом Дракулой, а Сара - третьей женой графа. Полицейские также добавили, что, когда Сару заживо закапывали, она сказала, что придет время и демоны помогут ей выбраться из заточения и отомстить всем.

www.incognita.ru

«Поле чудес» по-камбоджийски

В глубоком пессимизме пребывают с недавних пор жители одной из деревень этой страны в Индокитае. Однажды их затерянное в джунглях селение посетила женщина, которая скромно назвалась волшебницей. Явившаяся взору бедных крестьян фея предложила им серьезно улучшить финансовое положение ло поместить все свои драгоценности в кувшин и зарыть его на две недели в землю. По истечении указанного срока содержимое «кубышки» удваивалось. Доверчивые земледельцы поступили в полном соответствии с полученными указаниями. Они положили в заветную емкость все, что могли наскрести, - собранные по всей деревне изделия из золота и серебра стоимостью 200 долларов. Однако, достав вожделенную посудину, крестьяне обнаружили в ней лишь тонкие листочки фольги.

Только тогда деревенские жители поняли, что стали жертвой обмана, и обратились с жалобой в районное отделение полиции. Страж порядка, возмущенный поступком мошенницы, обидевшей неграмотных и суеверных людей, пообещал найти «фею» и «проголодовать» ей лет пять за решеткой.

Из журнала «Чудеса и приключения».

ТОНКИЙ МИР

Ученица, которой нет

В средней образовательной школе в аргентинском городе Вилья-Мерседес, провинция Сан-Луис, появилась новая ученица. Призрачная...

В тот день учеников одного из старших классов собрали в актовом зале школы для проведения очередного урока по безопасности, организованного сотрудниками городской полиции.

На плановом мероприятии, помимо учащихся, присутствовали стражи порядка и несколько преподавателей. Один из них делал фотографии для стенгазеты. Каково же было удивление снимавшего, когда, загрузив фотографии в компьютер, он увидел на одной из них незнакомую девушку, сидевшую в полупустом зале в кресле на последнем ряду!

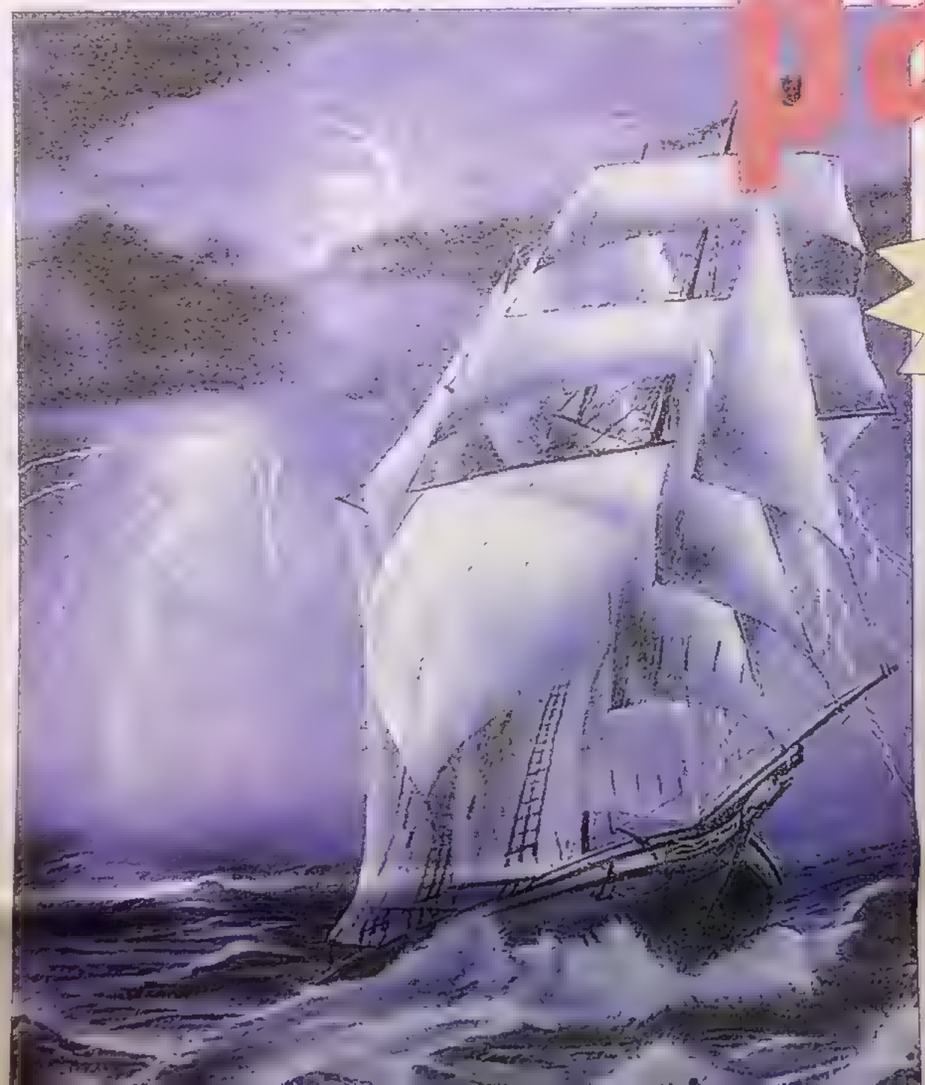
Учитель показал фото незнакомки своим товарищам, присутствовавшим на уроке, но те также заявили, что не видели ее во время занятия и не знают, кто она. С аномальным снимком, в конце концов, ознакомились все преподаватели школы и ее ученики, но никто не признал в девушке свою знакомую. Фотография была передана аргентинским парапсихологам, которые, после тщательного изучения специалистами, заключили, что фото подлинное.

www.ufolog.ru

МИФЫ «ФИЛАДЕЛЬФИЙСКОГО ЭКСПЕРИМЕНТА»

Тайна корабля-невидимки «Элдридж» разгадана

Боевой корабль «Элдридж» прославился благодаря уфологу, а не своими подвигами во Второй мировой.



О чем гласит легенда

Хмурым октябрьским утром 1943 года в охраняемой зоне военно-морской базы Филадельфии стоял эсминец «Элдридж», бортовой номер «DE 173». Специалисты из управления военно-морских исследований ВМФ США решили его использовать для тайного эксперимента «Радуга». Основываясь на Единой теории поля, разработанной Альбертом Эйнштейном, они создали электромагнитную систему, способную сделать корабль невидимым.

После поворота рубильника воздух вокруг корабля стал темнеть. От воды поплыл зеленоватый туман. Через несколько минут «Элдридж» исчез из виду, хотя на воде все еще виднелось углубление от его корпуса.

Когда «Элдридж» исчез в Филадельфии, множество людей видели его внезапное появление в порту другой базы - Норфолк. Через несколько минут «призрак» стал таять, и тут же корабль «проявился» в Филадельфии.

Но самое страшное - то, что эксперимент имел тяжелые последствия для экипажа судна. Большинство моряков погибли, а те, кто выжил, сразу же были списаны из армии и остаток жизни провели в закрытой клинике для умалишенных. Это заставило американских военных отказаться от рискованных исследований.

Такова эта невероятная легенда, которую можно обнаружить

Легенду о телепортации эсминца выдумал свихнувшийся моряк?

чение многих лет, - рассказывает уфолог Лорен Коулмэн. - Он страдал психическим расстройством и часто переезжал из мотеля в мотель. Семья Аллена показала Роберту Гоэрману письма, в которых тот признается, что выдумал всю историю об эсминце от начала до конца и послал книгу Джессупа, исписанную им лично, военным».

Кое-какие сведения для своей истории Аллен почерпнул из опыта службы на судне «Эндрю Фьюресет». Нельзя не признать, что выдумка оказалась удачной.

Могли ли «Элдридж» и «Эндрю Фьюресет» в 1943 году стоять вместе в порту? Когда уфологи запросили их бортжурналы, оказалось, что в 1943 году «Элдридж» не заходил в Филадельфию!

«Элдридж» сошел со стапе-

роковой эксперимент имел название «Радуга». Но сейчас уже не секрет, что во время войны название «Радуга» имели штабные планы возможных военных действий против стран «оси Рим - Берлин - Токио». Когда 7 декабря 1941 года Япония атаковала Перл-Харбор, американские военные тут же начали действия по плану «Радуга V». Правила не позволяют иметь два одинаковых кодовых названия, так что другой «Радуги» быть не могло.

Неудачный выбор

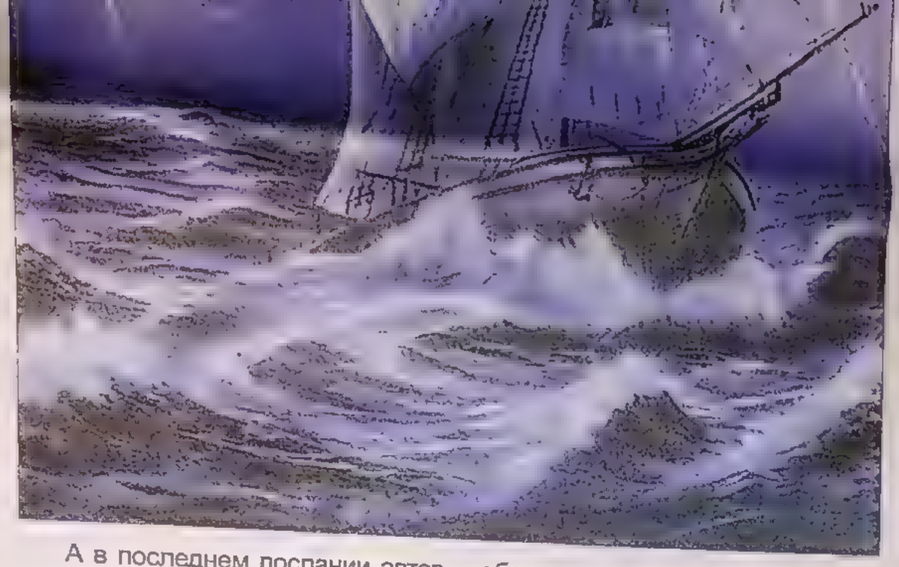
Сторонники легенды о «филадельфийском эксперименте» утверждают, что над ним работали два величайших физика, живших тогда в Америке, - Альберт Эйнштейн и Никола Тесла. Но и это оказалось неправдой.

Рассекреченное досье ФБР на Эйнштейна доказывает, что власти США ни в годы войны, ни после нее не доверяли ученому считая его неблагонадежным

«Из-за своих радикальных взглядов профессор Эйнштейн не может считаться пригодным для использования в секретных работах, ибо... кажется малове-

...имел тяжелые последствия для экипажа судна. Большинство моряков погибли, а те, кто выжил, сразу же были списаны из армии и остаток жизни провели в некой закрытой клинике для умалишенных. Это заставило американских военных отказаться от рискованных исследований.

Такова эта невероятная легенда, которую можно обнаружить почти в любой книге, посвященной аномалистике.



Загадочные письма

Первые слухи об эксперименте в Филадельфии появились только в 1955 году, когда вышла в свет книга уфолога Морриса К. Джессупа «Аргументы в пользу НЛО». Эсминец «Элдридж» в ней не упоминался, но именно после публикации Джессуп получил по почте несколько необычных посланий.

Письма были написаны разноцветными карандашами и чернилами в весьма странном стиле. В середине предложения слова вдруг писались заглавными буквами, присутствовало множество орфографических и лексических ошибок, а знаки препинания были словно разбросаны наугад. Целые предложения были подчеркнуты. Такое творчество - грозный симптом «поехавшей крыши»*.

Автор, представившийся как Карлос Мигель Альенде, указал, что его заинтересовали разделы книги, где говорилось о левитации, и впервые в истории на свет появилась история об эсминце:

«...в результате корабль окутало некое поле, по форме напоминающее эллипсоид. Все, предметы и люди, что попало в поле, имело размытые очертания... Половина членов экипажа того корабля сейчас безумны...»

Далее «сеньор Альенде» рассказывает о «чудесах», которые впоследствии происходили с выжившими моряками:

«Один прошел сквозь стену собственной квартиры и исчез на глазах жены с ребенком и двоих гостей. Два других офицера вспыхнули как спички и сгорели...»

А в последнем послании автор признался, что служил во время войны на другом судне - «Эндрю Фьюресет» и с его борта лично наблюдал за тем, как «Элдридж» исчез, а потом появился опять на прежнем месте.

Первой реакцией Джессупа было отмахнуться от странных, бредовых посланий. Однако вскоре он узнал, что управление военно-морских исследований в Пентагоне получило по почте экземпляр его книги «Аргументы в пользу НЛО», исписанный в таком же стиле. И вместо того чтобы выбросить ее в корзину, военные переиздали книгу со всеми пометками ограниченным тиражом.

Тайна мистера Альенде

Вечером 20 апреля 1959 года Морриса Джессупа нашли в состоянии комы за рулем автомобиля. Он принял огромную дозу снотворного, запив ее алкоголем. Вдобавок ко всему он засунул в приоткрытое окно шланг от выхлопной трубы. По дороге в больницу Джессуп скончался.

Сторонники легенды о проекте «Радуга» утверждают, что над ним работали два величайших физика - Эйнштейн и Тесла.

Ни полиция, ни родные не сомневались, что это было самоубийство, тем более что он написал два прощальных письма близким и друзьям. Джессуп пребывал в тяжелой депрессии из-за многочисленных неудач - он попал в автокатастрофу, жена подала на развод, книги не продавались... Но в уфологическом сообществе пошли разговоры, что он «подошел слишком близко к правде», «его убрали». Слухи вокруг «эксперимента» тут же заметно оживились.

За дело взялись знаменитый исследователь аномальных явлений Чарльз Берлиц, автор не единожды разоблаченных «шедевров» про Бермудский треугольник, и его соавтор Уильям Мур.

По конвертам, на которых были указаны обратные адреса, соавторы легко нашли «неуловимого мистера Альенде». Но имя его широкой публике не открыли. При встрече он добавил множество красочных подробностей к описанию эксперимента, но признался, что «слегка преувеличил» рассказ о тяжелых последствиях для команды. Он якобы боялся, что результаты исследований попадут в неправедные руки и это будет иметь ужасные последствия.

И в 1979 году вышел бестселлер Берлица и Мура «Филадельфийский эксперимент». В нем изложена ставшая классической история об исчезновении эсминца «Элдридж».

Уфологи идут по следу

В начале 90-х годов знаменитые письма попали исследователю - скептику Роберту Гоэрману. И он тоже отправился на поиски их автора. «Альенде» оказался стопроцентным американцем, родившимся в Пенсильвании в 1925 году. Оказалось, что под своим настоящим именем - Карл М. Аллен - он уже давно известен в уфологическом сообществе. «Аллен писал мне и другим исследователям в те-

историю об эсминце от начала до конца и послал книгу Джессупа, исписанную им лично, военным».

Кое-какие сведения для своей истории Аллен почерпнул из опыта службы на судне «Эндрю Фьюресет». Нельзя не признать, что выдумка оказалась удачной.

Могли ли «Элдридж» и «Эндрю Фьюресет» в 1943 году стоять вместе в порту? Когда уфологи запросили их бортжурналы, оказалось, что в 1943 году «Элдридж» не заходил в Филадельфию!

«Элдридж» сошел со стапелей в нью-йоркских доках и был принят ВМФ 27 августа 1943 года. Всю осень и декабрь эсминец сопровождал конвои, идущие в столицу США, даже близко не подходил к Филадельфии. За это время «Эндрю Фьюресет», приписанный к порту Норфолка, тоже принимал участие в атлантических конвоях и никогда не заходил в Филадельфию! Его капитан У. С. Додж всю жизнь категорически отрицал, что он или члены его команды видели что-то необычное и тем более принимали участие в экспериментах. Хотя «Элдридж» и «Эндрю Фьюресет» в 1943 году заходили в Норфолк, они никогда не встречались, так как были там в разные дни!

Некоторые сторонники легенды утверждают, что эксперимент с невидимостью был проведен 12 или 15 августа на еще недостроенном судне, которое отбуксировали в Филадельфию. Но документы ясно показывают, что до 27 августа «Элдридж» не мог покинуть доки.

В некоторых книгах пишут, что

...два величайших физика тогда в Америке, - Альберт Эйнштейн и Никола Тесла. Но и это оказалось неправдой.

Рассекреченное досье ФБР на Эйнштейна доказывает, что власти США ни в годы войны, ни после нее не доверяли ученому, считая его неблагонадежным.

«Из-за своих радикальных взглядов профессор Эйнштейн не может считаться пригодным для использования в секретных работах, ибо... кажется маловероятным, чтобы такого склада человек за столь короткое время стал вполне благонадежным американским гражданином», - заявил директор ФБР Эдгар Гувер в ответ на запрос о возможности привлечения знаменитого физика к работам над атомной бомбой. Он был прав: Эйнштейн в открытую симпатизировал коммунистам, общался с людьми, среди которых были и советские агенты. Из-за недоверия властей Эйнштейну поручали только второстепенные задания, которые не могли серьезно повлиять на ход войны. В 1943 - 1944 годах он работал на управление артиллерии ВМФ США по теме «Взрывчатые вещества большой силы». Его работа не имела ничего общего с электромагнетизмом, тем более с невидимостью.

Попытка связать «филадельфийский эксперимент» с именем Николы Теслы была еще более неудачной. Сербский гений умер раньше, чем эсминец «Элдридж» был спущен на воду, - 7 января 1943 года.

КСТАТИ

Ветераны «Элдриджа» ставят точку

В 1999 году, впервые со времен окончания войны, в Атлантик-Сити собрались моряки, служившие на эсминце «Элдридж». Встреча широко освещалась в США, но почему-то осталась незамеченной в России. Их осталось всего пятнадцать человек, включая капитана корабля, 84-летнего Билла ван Аллена. Разумеется, на встрече всплыли разговоры про «эксперимент», доставившие ветеранам немало веселых минут.

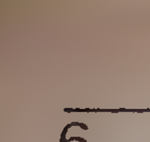
«Понятия не имею, как возникла эта история», - развел руками ван Аллен. Другие моряки тоже были единодушны.

«Я считаю, что это кто-то придумал, обкурившись дури», - заявил 74-летний Эд Вайз. Другой бывший моряк, Тэд Девис, сказал просто и ясно: «Никаких опытов с нами никогда не делали».

«Когда люди меня спрашивали об «эксперименте», я соглашался и говорил, что да, я исчезал. Правда, вскоре они соображали, что я их разыгрываю», - признался Рэй Перриньо.

Животные-лицедеи

ИЗ РЯДА ВОН



Каждый из нас мог видеть, как животные и птицы умело подражают людям.

Самый яркий пример, свидетелями которого были многие москвичи, оказавшиеся в парке «Сокольники»: большая серая ворона деловито прохаживалась по дорожке с сигаретой в клюве, вызывая удивление и смех людей. Причем ворона видела, что забавляет народ, и, как настоящая актриса, изо дня в день талантливо играла свою роль.

Большие попугаи гораздо способнее серых ворон: они не только могут подражать людям, но и повторять человеческую речь. Считается, что птицы повторяют наши слова бездумно, не вкладывая в них никакого смысла. Но это не так: многие попугаи говорят именно то, что необходимо в нужный момент. Например, Кеша - попугай породы жако, который жил у нашей тети в Архангельске, - сам открывал дверцу клетки, выходил из нее, когда считал

Почему они подражают людям?

Тигр - посланец сатаны?

На фотографиях, которые удалось сделать охотникам, на боку огромного тигра-людоеда четко просматривается число 666!

На счету свирепого убийцы уже 64 жертвы, и власти Индии, где он свирепствует, опасаются, что количество их будет расти.

Тревожит то, что зверь демонстрирует поистине сверхъестественную способность уходить от преследователей. «Мы много раз видели его, - рассказывает руководитель специального подразделения, которому поручено поймать или убить животное, полковник Бадхур Кумар. - Но всякий раз, когда тигра берут на мушку, он буквально растворяется в воздухе. После него остается отвратительный запах, не свойственный тиграм, это подтвердит любой охотник на полосатых хищников».

Поражает и способность тигра с невероятной быстротой преодолевать огромные расстояния. Он убивал людей в районе Калькутты, Бомбея, Мадраса, Ахмадабада и Канпура - городов, которые разделяют тысячи миль. А когда на фото появилось число дьявола 666, людей охватила паника. По словам Кумара, они считают, что тигр - эмиссар самого дьявола. И разуверить их в этом не удается.

Действительно, этот тигр - настоящее воплощение зла. Создается впечатление, что хищник убивает ради удовольствия, потому что жертв своих он не пожирает.

www.ufolog.ru

Мутант нашел себя под водой

Из учебника зоологии мы знаем, что лягушки дышат легкими. Но, оказывается, не все. У земноводных, обнаруженных в дождевых лесах острова Борнео (Индонезия), этот орган дыхания вообще отсутствует, а его функцию выполняет... кожа. По мнению ученых, столь необычная мутация произошла в процессе длительной эволюции и обусловлена образом жизни животного.

Лягушка-уникум обитает в реках с быстрым течением, что заставляет ее активно двигаться под водой. Наполненные воздухом легкие существенно затрудняли бы ныряние и маневрирование речного создания. Нижние слои холодной воды богаты кислородом, обладатель ноу-хау поглощает его «всем своим существом».

Из журнала «Чудеса и Приключения».

ЗАПРЕДЕЛЬНО

Блошиный цирк

Дрессировщица кормит

рят именно то, что необходимо в нужный момент. Например, Кеша - попугай породы жако, который жил у нашей тети в Архангельске, - сам открывал дверцу клетки, выходил из нее, когда считал нужным это сделать, а когда возвращался, запирал свое жилище. Смеха ради его приучили подражать курильщикам. Попугай научился зажигать спички, дымить сигаретой, чем вызывал восторг не только у хозяев, но и у соседей и родственников. Однажды Кеша, оставшись в доме один, решил позабавиться. Достал сигарету, прикурил, затянулся и тут же закашлялся от дыма. Сигарета, естественно, выпала из клюва, оказалась на ковре. Тот затлел, и в доме запахло гарью. Но Кеша не растерялся: открыл краник самовара, стоявшего на столе, и хлынувшая на пол вода загасила тлевшую сигарету. Но самое удивительное было в том, что, когда хозяева вернулись домой, попугай сообщил, что с пожаром он справился сам...

Большая серая ворона прохаживалась по дорожке... с сигаретой в клюве.

Животные, скажем, те же собаки, любят, чтобы их наряжали в разные одежды! Сколько было у нас дома собак, все они с удовольствием надевали штанишки, жилеты, шапочки. Также они любили, подобно людям, разлечься на диване, подложив под голову маленькую подушечку. Наш песик - длинношерстный тойтерьер Джерри, например, сам ее носил: летом находил в доме сквознячок и укладывался, подложив под головенку свою заветную подушечку. Что это - стремление подражать человеку, или же собачья привычка к комфорту? Скорее всего, и то, и другое.

Много лет назад в парке мы подобрали молодого грачонка, у которого были перебиты лапки. Оставлять его на произвол судьбы - обрекать на верную погибель. Пришлось забрать грачонка домой, стали его лечить. У грачонка был нос с горбинкой и взгляд - пронзительный и строгий, и, может быть, поэтому мы назвали его Казбичем. Каждый день мы ухаживали за ним, кормили, лечили его лапки, ласково повторяли одну и ту же фразу:

- Казбич красивый...

И каково же было наше удивление, когда однажды грач гортанно прокаркал:

- Каз-р-бич кр-р-асив...

Но грачи умеют не только людям подражать. Целыми днями Джерри гонялся за грачами, пролетавшими над нашим домом, обгавкивая их. Но грачи, будто дразня, снова и снова кружились над собакой. Вскоре нам пришлось уехать из деревни, а вернулись туда через полтора месяца. Вышли мы на дачный участок, тут же спикировал большой грач и облаял нас голосом Джерри. Собака наша от испуга и изумления не произнесла и звука. Можете представить, как долго готовил свою месть деревенский грач, но свое слово в споре сумел-таки сказать...

www.ufozona.com

Блошиный цирк

Дрессировщица кормит «артистов» своей кровью.

В Европе с огромным успехом гастролирует единственный в мире блошиный цирк под управлением дрессировщицы Марии Кардозо из семьи знаменитых колумбийских архитекторов.

Она демонстрирует публике фантастические рекордные возможности крохотных кусачих тварей.

Правда, попытка Марии въехать в Великобританию из Австралии вместе со своей труппой закончилась неудачей. Таможня в аэропорту Хитроу обвинила дрессировщицу в том, что она нелегально пытается провезти в страну тысячу кенгуриных суперблох. Их попытались уничтожить прямо в аэропорту, и Кардоз отослала своих «артистов» обратно в Австралию. Тогда она за 2 недели собрала 2 тысячи отборных кошачьих блох чисто английского происхождения, которые отличаются большими размерами и лучше поддаются дрессировке.

В качестве поощрения за удачно выполненные трюки она кормит их собственной кровью, сажая себе на кожу, что, по ее словам, способствует установлению неразрывной связи между ней и блохами. Таким образом каждый благополучно паразитирует друг на друге, ведь Мария зарабатывает с помощь шоу приличные деньги. Тренировка начинается, как только блохе исполнится 4 дня от роду, и главное тут - сломать блошиный инстинкт к постоянным прыжкам.

Мария загоняет насекомых в трубку, где они учатся просто ходить, потому что при попытке прыжка больно ударяются головой. Они также учатся слушаться ее голоса.

Представления проходят в затемненном шатре, где блохи балансируют на канате и даже дерутся на мечах. За трюками следит видеокамера с мощными линзами, которая тут же проецирует их на экран. Гвоздь шоу - демонстрация рекордной блошиной силы. Особь по имени Брутус тянет за собой маленький поезд, в 160 тысяч раз превышающий вес блохи.

Блохи - уникальные создания. Например, они прыгают в высоту на 30 сантиментов, что, учитывая вес насекомых, равносильно прыжку человека через небоскреб. Вся хитрость в том, что задние ножки блохи состоят не из мышц, а из чистого протеина, который действует, как пружина. Поэтому они могут без остановки в течение 72 часов прыгать 30 тысяч раз. Если бы люди обладали такими конечностями, жизнь на Земле была бы совсем иной. В силе боковых ножек блохам тоже нет равных. Например, блоха может висеть, зацепившись ими, в течение 6 часов.

www.anomalia.kulichki.ru

Лемуры-«мореходы»

Животные-эндемики острова Мадагаскар своим «эксклюзивом» обязаны предкам-«мореходам», которые в древности приплыли сюда из Африки на стволах деревьев, как на плотах. Такую гипотезу выдвинули американские палеонтологи. До сих пор уникальность здешней фауны ученые объясняли существованием в далеком прошлом перешейка, соединявшего этот кусок суши с Черным континентом. Используя созданный природой мост, многие обитатели материка перебрались на остров.

Когда перемычка разрушилась под ударами стихии, переселенцы лишились возможности вернуться в «историческую» родину. Их эволюция пошла иным путем, чем у сородичей с «большой земли». В результате основная масса млекопитающих и половина птиц, живущих на Мадагаскаре, есть только в данном регионе планеты.

Как установили авторы новой теории, океанские течения в доисторические времена двигались курсом, противоположным нынешнему. Причем в Мадагаскарском проливе шириной 430 километров эти соленые реки вследствие завихрений совершали своеобразный круговорот. Так что, к примеру, семья лемуров, «оседлав» подручные средства, могла за три недели добраться до острова.

Естественно, воспользоваться подобным «транспортом» имели возможность только небольшие животные. Слонам, носорогам, львам или зебрам такое «сафари» было недоступно. Но 20 миллионов лет назад «путешествие на плотах» прекратилось - океанские течения изменили маршрут.

Из журнала «Чудеса и приключения».

Потомственная ведунья

- *Решение личных проблем по фотографии и без.*
- *Приворот. Отворот.*
- *Снятие порчи. Защита.*
- *Стаж 32 года.*

Сначала - результат (конверт с обратным адресом)

603139, Н.Новгород, а/я 41, Зинаиде Кондратьевне.

Реклама

КАРМА

В петербургском небе в июле 1796 года час громыхал гром. Темное небо пронизывали молнии. Несколько раз от их ударов вспыхивали пожары, которые, правда, удавалось сравнительно быстро потушить.

Предчувствие смерти

Один из ударов разрушил любимую фарфоровую вазу Екатерины II в Зимнем дворце. Императрица была весьма опечалена и благодарила Всевышнего, что не оказалась в тот момент в комнате. Не будучи очень мнительной, она все же подумала, что ваза приняла на себя тот удар, который предназначался ей.

Да, в то лето небо было неспокойно. Когда императрица садилась в карету, яркий метеор очертил небо, и казалось, что упал неподалеку от нее. На другой день Екатерина сказала приближенной к ней графине А.Матюшиной: «Такой же случай падения звезды был перед кончиной Елизаветы. Он и мне предвещает гибель». Матюшкина горячо принялась успокаивать государыню. Однако удар действительно приближался. Но не молнии или грома, а совсем иной - апоплексический.

Накануне этого удара, 5 ноября 1796 года, императрица долго разговаривала с Нарышкиной о смерти. Поводом для такой [illegible] беседы послужили [illegible], стоявшие в спальне Екатерины. В тот день императрица встала как обычно, в 7 утра. В это время в ее спальню могла войти только Марья Саввишна [illegible]усихина, носившая звание [illegible], говоря

Почему цари и гении без колебаний идут навстречу гибели?

ми прижег Екатерине плечи. Но все оказалось напрасным. Однако жизнь еще теплилась в большом недвижимом теле. Тридцать шесть часов билось с перебоями сердце государыни.

...Предчувствие гибели свойственно многим выдающимся натурам. Сын Екатерины Павел придавал большое значение снам. Он не раз пытался разгадать их значение. Незадолго до гибели ему привиделся странный сон: кто-то упорно натягивал на него тесную одежду, которая не давала ему дышать. Сон этот Павел рас-

заключение выгодного для России мирного договора. Так и случилось.

Но вот совсем иной пример. В апреле 1841 года М.Ю.Лермонтов был на вечере у Карамзиных. Своему приятелю Владимиру Соллогубу поэт уверенно заявил, что его убьют на Кавказе, куда он должен был направиться. Через три месяца Лермонтов пал на дуэли с Мартыновым. Это случилось 15 июля (по старому стилю) 1841 года. За месяц-полтора до поединка поэт пишет стихотворение, в котором передает свой вещий сон о смерти.

Лермонтов даже предвидел ту жаркую погоду, которая была в последний день его жизни. Задолго до трагической гибели и Пушкин, и Лермонтов словно проигрывали будущие свои дуэльные поединки в романах «Евгений Онегин» и «Герой нашего времени». И в Ленском, и в Печорине были черты самих авторов.

Предчувствие приближающейся смерти ощущали и Гоголь, и Николай Гумилев. В чем же секрет таких предчувствий? Может быть, он заключается в том, что высоко одаренные личности способны воспринимать сигналы из будущего? Ведь в какой-то степени даром ясновидения обладали многие философы, поэты и просто одаренные талантом люди.

Но вот что странно. Получая подобные сигналы, они, как правило, не прислушивались к ним. Пушкин, кото[illegible]

Предчувствие

Накануне этого удара, 5 ноября 1796 года, императрица долго разговаривала с Нарышкиной о смерти. Поводом для такой необычной беседы послужили часы, стоявшие в спальне Екатерины. В тот день императрица встала как обычно, в 7 утра. В это время в ее спальню могла войти только Марья Саввишна Перекусихина, носившая звание камердинеры - проще говоря, ближайшая горничная. Вошедшей Перекусихиной Екатерина спокойно и как-то отрешенно заявила: «Нынче я умру». При этом она показала на часы: «Вот видишь, они в первый раз за все время остановились». Императрица достала из шкатулки 20 тысяч рублей и отдала их своей любимице. Та бросилась на колени перед государыней и стала целовать ее руки, уверяя, что та будет жить еще очень долго.

Не проявляя особого волнения, Екатерина приказала подать кофе, выпила две чашки и направилась в свой кабинет. Два часа она не появлялась. Перекусихина и камердинер были

крайне удивлены столь долгим отсутствием государыни. Обычно по утрам она работала в своем кабинете не больше часу, затем шли приемы министров и ближайших сановников.

Заглянув в кабинет, прислуга обнаружила императрицу, лежавшую на полу. Побежали за врачом. Появился личный доктор Екатерины - Роджерс. Видя, что государыня не приходит в себя, он решил пустить ей кровь и приложить к ногам шпанские мушки. И все равно императрица оставалась недвижимой. Пытаясь хоть как-то привести в чувство, Роджерс раскаленными щипцашом недвижимой
шесть часов билось с перебоями сердце государыни.

Предчувствие гибели свойственно многим выдающимся натурам. Сын Екатерины Павел придавал большое значение снам. Он не раз пытался разгадать их значение. Незадолго до гибели ему привиделся странный сон: кто-то упорно натягивал на него тесную одежду, которая не давала ему дышать. Сон этот Павел рассказал жене, пытливо заглядывая в ее глаза: в последние месяцы жизни Павел подозревал своих близких в заговоре.

Предчувствие приближающейся смерти ощущали и Гоголь, и Гумилев.

Конечно, чаще всего ощущение приближающегося конца жизни связано у человека с плохим состоянием его здоровья, опасным путешествием или испытанием. Так, например, предчувствие возможной смерти сопровождало А.С.Грибоедова в его последней дороге из Петербурга в Персию в июне 1828 года. Он знал, что фанатичные персы не простят ему

жет быть, он заключ
что высоко одаренные личности способны воспринимать сигналы из будущего? Ведь в какой-то степени даром ясновидения обладали многие философы, поэты и просто одаренные талантом люди.

Но вот что странно. Получая подобные сигналы, они, как правило, не прислушивались к ним. Пушкин, который знал от гадалкинемки, что умрет от руки блондина, решительно, по собственной инициативе, шагнул к барьеру в поединке с блондином Дантесом. Лермонтов, изобразивший за месяц до гибели свою смерть, сам спровоцировал столкновение с Мартыновым. Так и кажется, что какая-то мрачная, роковая сила подталкивала их к пропасти. И они, обладавшие чутким сердцем и прозорливым умом, без колебаний шли навстречу собственной гибели.

www.shkolazhizni.ru

СПИРИТИЧЕСКИЙ СЕАНС

За гранью жизни

Джейн Ньюманн погибла в результате огнестрельного ранения, 22 ноября 1993 года. Ее муж Джим рассказал полиции о том, как, вернувшись после работы, увидел распахнутую настежь дверь собственного дома и почувствовал запах пороха. Войдя в дом, Джим обнаружил свою жену лежащей на полу. Она была мертва. Два дня спустя Джим сообщил, что нашел посмертную записку жены, которую уничтожил, чтобы избавить семью от дополнительной боли. Затем он, оказывается, завернул ружье в мешок для мусора, выбросил его в реку и только после этого набрал номер полиции.

Первая мысль, пришедшая в голову сестры Джин - Кэйт, была о том, что ее зять сам убил жену. Однако департамент окружного шерифа закрыл дело в начале 1994 года из-за отсутствия необходимых улик.

Спустя полтора года после смерти сестры Кэйт встретила на улице свою знакомую Марси, которая ошарашила ее словами: «Рядом с тобой находится молодая женщина, которая держит руку у тебя на плече, пытаясь что-то сказать. Но ты не можешь ее услышать, и поэтому она выглядит печальной и измученной». К удивлению Кэйт, Марси описала внешность Джейн, хотя никогда не встречала ее и даже не видела на

Мертвые наблюдают за нами?

фотографии. Марси призналась, что умеет общаться с духами и поможет Кэйт установить связь с сестрой.

В квартире Марси работал телевизор и играли дети. Атмосфера в доме не способствовала проведению спиритического сеанса. Марси медитировала, а Кэйт и отец Марси молились. Наконец медиум попросила, чтобы отец сел рядом с ней. «Меня очень успокаивало то, что мы искали света, а не тьмы, - вспоминала Кэйт. - Марси впала в транс, и вдруг в ее облике что-то неуловимо изменилось. Она держалась так, как будто стала ниже ростом, а когда заговорила, я поняла, что это голос Джейн».

Марси, в тело которой вошел дух погибшей женщины, схватила ее за руку и спросила: «Как ты могла подумать, что я покончила с собой?», а затем подробно изложила события, произошедшие с ней в день смерти. Вернувшись домой, она увидела незнакомого мужчину. Он набросился на Джейн и сделал ей укол наркотика. От страха бедняжка не могла сопротивляться.

Джейн рассказала сестре, что на шее убийцы была татуировка, изображающая виселицу, и кинжал, обвитый змеей. Незнакомец назвался ангелом смерти, затем поцеловал женщину в губы и сказал, что это поцелуй смерти.

www.incognita.ru

Неужели Наполеон был похоронен заживо?

Еще в Средние века люди боялись быть похороненными живыми. В некоторых случаях у умерших перерезали сонную артерию, чтобы окончательно причислить их к отошедшим в мир иной.

Суеверия эти сохраняются и по сей день. Нынче, например, некоторые просят, чтобы в случае их смерти в гроб был положен мобильный телефон. Может быть, требование из ряда вон выходящее, но все-таки... При вскрытии (для выполнения различных формальностей) гробов с телами погибших во Вьетнаме американских солдат после их транспортировки в США обнаруживались жуткие случаи. Некоторые из «умерших», пробудившись, в отчаянии раздирали сван и даже пытались грызть себе руки.

Или такая, более давняя история. По мнению доктора Перонд-Отре, написавшего книгу «Похороненные заживо», равно как и многих других ученых, Наполеон также был похоронен живым. Это установили через двенадцать лет после смерти императора, когда гроб с его телом был перевезен с острова Святой Елены во Францию и вскрыт.

Оказывается, Наполеон любил принимать горячую ванну, находясь в свинцовом корыте, содержавшем достаточное количество мышьяка, и пил воду из свинцового кувшина. Отравленный в конечном счете свинцом и мышьяком, он оказался в состоянии, в какое попадают люди, принявшие чрезмерную дозу снотворного. В таком состоянии они кажутся умершими, хотя на самом деле живы, чего никто не замечает.

www.ufolog.ru

КАРМА

Предчувствие смерти

В петербургском небе в июле 1796 года час громыхал гром. Темное небо пронизывали молнии. Несколько раз от их ударов вспыхивали пожары, которые, правда, удавалось сравнительно быстро потушить.

Один из ударов разрушил любимую фарфоровую вазу Екатерины II в Зимнем дворце. Императрица была весьма опечалена и благодарила Всевышнего, что не оказалась в тот момент в комнате. Не будучи очень мнительной, она все же подумала, что ваза приняла на себя тот удар, который предназначался ей.

Да, в то лето небо было неспокойно. Когда императрица садилась в карету, яркий метеор очертил небо, и казалось, что упал неподалеку от нее. На другой день Екатерина сказала приближенной к ней графине А.Матюшиной: «Такой же случай падения звезды был перед кончиной Елизаветы. Он и мне предвещает гибель». Матюшкина горячо принялась успокаивать государыню. Однако удар действительно приближался. Но не молнии или грома, а совсем иной - апоплексический.

Накануне этого удара, 5 ноября 1796 года, императрица долго разговаривала с Нарышкиной о смерти. Поводом для такой необычной беседы послужили часы, стоявшие в спальне Екатерины. В тот день императрица встала как обычно, в 7 утра. В это время в ее спальню могла войти только Марья Саввишна Перекусихина, носившая звание камердинеры - проще говоря, ближайшая горничная. Вошедшей Перекусихиной Екатерина спокойно и как-то отрешенно заявила: «Нынче я умру». При этом она показала на часы: «Вот видишь, они в первый раз за все время остановились». Императрица достала из шкатулки 20 тысяч рублей и отдала их своей любимице. Та бросилась на колени перед государыней и стала целовать ее руки, уверяя, что та будет жить еще очень долго.

Не проявляя особого волнения, Екатерина приказала подать кофе, выпила две чашки и направилась в свой кабинет. Два часа она не появлялась. Перекусихина и камердинер были крайне удивлены столь долгим отсутствием государыни. Обычно по утрам она работала в своем кабинете не больше часу, затем шли приемы министров и ближайших сановников.

Заглянув в кабинет, прислуга обнаружила императрицу, лежавшую на полу. Побежали за врачом. Появился личный доктор Екатерины - Роджерс. Видя, что государыня не приходит в себя, он решил пустить ей кровь и приложить к ногам шпанские мушки. И все равно императрица оставалась недвижимой. Пытаясь хоть как-то привести в чувство, Роджерс раскаленными щипцами прижег Екатерине плечи. Но все оказалось напрасным. Однако жизнь еще теплилась в большом недвижимом теле. Тридцать шесть часов билось с перебоями сердце государыни.

Почему цари и гении без колебаний идут навстречу гибели?

...Предчувствие гибели свойственно многим выдающимся натурам. Сын Екатерины Павел придавал большое значение снам. Он не раз пытался разгадать их значение. Незадолго до гибели ему привиделся странный сон: кто-то упорно натягивал на него тесную одежду, которая не давала ему дышать. Сон этот Павел рассказал жене, пытливо заглядывая в ее глаза: в последние месяцы жизни Павел подозревал своих близких в заговоре.

Предчувствие приближающейся смерти ощущали и Гоголь, и Гумилев.

Конечно, чаще всего ощущение приближающегося конца жизни связано у человека с плохим состоянием его здоровья, опасным путешествием или испытанием. Так, например, предчувствие возможной смерти сопровождало А.С.Грибоедова в его последней дороге из Петербурга в Персию в июне 1828 года. Он знал, что фанатичные персы не простят ему заключение выгодного для России мирного договора. Так и случилось.

Но вот совсем иной пример. В апреле 1841 года М.Ю.Лермонтов был на вечере у Карамзиных. Своему приятелю Владимиру Соллогубу поэт уверенно заявил, что его убьют на Кавказе, куда он должен был направиться. Через три месяца Лермонтов пал на дуэли с Мартыновым. Это случилось 15 июля (по старому стилю) 1841 года. За месяц-полтора до поединка поэт пишет стихотворение, в котором передает свой вещий сон о смерти.

Лермонтов даже предвидел ту жаркую погоду, которая была в последний день его жизни. Задолго до трагической гибели и Пушкин, и Лермонтов словно проигрывали будущие свои дуэльные поединки в романах «Евгений Онегин» и «Герой нашего времени». И в Ленском, и в Печорине были черты самих авторов.

Предчувствие приближающейся смерти ощущали и Гоголь, и Николай Гумилев. В чем же секрет таких предчувствий? Может быть, он заключается в том, что высоко одаренные личности способны воспринимать сигналы из будущего? Ведь в какой-то степени даром ясновидения обладали многие философы, поэты и просто одаренные талантом люди.

Но вот что странно. Получая подобные сигналы, они, как правило, не прислушивались к ним. Пушкин, который знал от гадалки-немки, что умрет от руки блондина, решительно, по собственной инициативе, шагнул к барьеру в поединке с блондином Дантесом. Лермонтов, изобразивший за месяц до гибели свою смерть, сам спровоцировал столкновение с Мартыновым. Так и кажется, что какая-то мрачная, роковая сила подталкивала их к пропасти. И они, обладавшие чутким сердцем и прозорливым умом, без колебаний шли навстречу собственной гибели.

SOS

Трагическая гибель Юрия Гагарина во время тренировочного полета на самолете через 7 лет после своего триумфа в космосе лишь усилила мифологическую сторону космонавтики.

Первый космонавт звал на помощь

Смерть была нелепой, и начали рождаться всякие полумистические версии и легенды. Кое-кто «из-за бугра» считал, не мог первый космонавт Земли вот так сразу взять и триумфально полететь в космос. И на Западе, бешено ревновавшем к успехам Советского Союза в космических исследованиях, возникают легенды о трагически погибшем в космосе первом космонавте (до Гагарина).

Согласно этой легенде, еще в 1960 году, то есть за год до полета Гагарина, был запущен советский космический корабль с пилотом на борту, который «не удалось вовремя посадить». Космонавт медленно умирал в своей страшной «могиле». Сообщалось, что итальянские радиолюбители поймали таинственные позывные зовущего на помощь, задыхающегося в своей кабине человека из космоса. Сердце «космонавта» лихорадочно билось, затем остановилось. Далее, по легенде, космический корабль разбился недалеко от города Белгорода, где и был похоронен космонавт.

Оказалось, доля истины здесь все-таки есть. Мистический и мифический космонавт... существовал. Первое. В самом деле, до Гагарина запускался космический корабль из серии «Восток» для отработки деталей полета перед запуском человека в космос. И в самом деле в 1960 году в кабине

Неужели было это до полета Гагарина?

во всяком случае подать его так в средствах массовой информации (а частенько - и дезинформации!). Так родилась легенда о

Бондаренко (оно фигурирует в западных версиях о первом космонавте). Однако Бондаренко погиб (заживо сгорел) при испытаниях не в космосе, а на Земле

которого спасти не удалось. Похоронен Бондаренко под городом Белгородом, но не потому, что там «разбился корабль», а потому, что испытатель был родом из этого города...

Возможно, из комбинации двух этих фактов и родилась легенда о «самом первом космонавте», погибшем на орбите. Примечательная деталь: в сурдокамере Бондаренко взорвалась атмосфера, состоявшая из чистого кислорода. Если бы информация о гибели Бондаренко в испытательной камере не была засекречена и стала доступна американцам, возможно, не погибли бы Вирджил Гриссом, Эдвард Уайт и Роджер Чаффи. Причина гибели нашего испытателя и американских астронавтов была одна и та же: взрывоопасная кислородная атмосфера.

Хотя причиной гибели самого Гагарина была не авария

трудно было поверить. На месте гибели первого космонавта были обнаружены трудно опознаваемые останки.

Вот что рассказывал Андриан Николаев, летчик-космонавт СССР, он входил в похоронную комиссию, которую возглавлял Кириленко:

«Тайна остается. Но она в причинах гибели экипажа. Вот вывод Государственной комиссии, его заключительная часть (цитирую по памяти): экипаж во избежание столкновения с посторонним предметом выполнил резкий маневр самолета. Самолет вышел на критический угол атаки и сорвался в штопор». По словам А.Николаева, «ничего более точного комиссия узнала».

А тут масла в огонь подлила непререкаемо авторитетная болгарская пророчица Ванга. Она действительно редко ошибалась в своих предсказаниях. Ванга сказала, как отрезала: Гагарин не погиб, он жив, его забрали...» Куда забрали - не сказала.

Посмертная судьба Гагарина, по-видимому, навсегда останется загадкой. Ведь если его забрали пришельцы, как это неявно следует из слов Ванги (а именно так эти слова многие и понял

Мистический и мифический космонавт и впрямь...

Оказалось, доля истины здесь все-таки есть. Мистический и мифический космонавт... существовал. Первое. В самом деле, до *Гагарина запускался космический корабль из серии «Восток» для отработки деталей полета перед запуском человека в космос. И в самом деле в 1960 году в кабине пилота этого аппарата был размещен муляж человека. Космические медики называли его «Иван Иванович».*

Очень легко было интерпретировать муляж человека в скафандре в живого «космонавта», во всяком случае подать его так в средствах массовой информации (а частенько - и дезинформации!). Так родилась легенда о первом космонавте Земли. Позывные из космоса - это уже необходимое и красочное обрамление этой версии.

Второе. Был в отряде космонавтов человек, который действительно погиб до полета Гагарина. Имя его известно - Валентин Бондаренко (оно фигурирует в западных версиях о первом космонавте). Однако Бондаренко погиб (заживо сгорел) при испытаниях не в космосе, а на Земле - в сурдокамере, 23 марта 1961 года (Гагарин полетел 12 апреля 1961 года).Официальная версия этой трагедии такова: пожар произошел в герметичной кабине, наглухо задраенной, из-за неосторожности самого Бондаренко, *Чаффи. Причина гибели нашего испытателя и американских астронавтов была одна и та же: взрывоопасная кислородная атмосфера.*

Мистический и мифический космонавт и впрямь... существовал.

Хотя причиной гибели самого Гагарина была не авария в космосе, а произошло это на Земле. Событие это настолько ошеломило мир, что «гибель Гагарина» превратилась в устойчивый мифологический сюжет. Официальным версиям не поверили. Да и *забрали - не сказала.*

Посмертная судьба Гагарина, по-видимому, навсегда останется загадкой. Ведь если его забрали пришельцы. как это неявно следует из слов Ванги (а именно так эти слова многие и поняли), то он может быть жив еще до сих пор! Однако спросить теперь не у кого: сама она умерла. При жизни же почему-то отказывалась говорить на эту тему...

www.ufolog.ru

Ответные удары «тарелок»

В 1964 году в Индокитае разразилась война между Северным и Южным Вьетнамом. В этой войне участвовали СССР (на стороне северян) и США (на стороне южан).

После начала боевых действий вокруг столицы Северного Вьетнама - Ханоя - был развернут корпус противовоздушной обороны с новейшими зенитными комплексами. Вся техника так же, как и весь личный состав корпуса, были советскими.

В тихий летний вечер 1965 года над позициями ракетных установок одной из бригад внезапно и совершенно беззвучно появился огромный дискообразный объект диаметром не менее 300 метров и завис неподвижно на высоте около 10 километров. О происшедшем было незамедлительно доложено командиру бригады, который приказал послать незнакомцу запрос по системе «свой-чужой». Ответа на запрос не последовало. Никак не отреагировал загадочный объект и на требование немедленно совершить посадку. Командир бригады сообщил о происходящем командиру корпуса и получил приказ: «Обстрелять и сбить!»

Выполнение приказа осуществили три из пяти дивизионов бригады, которые выпустили по цели девять ракет. Все они, не долетев до объекта, взорвались на значительном расстоянии от него. А после этого серебристый диск

Почему солдаты... окаменели?

направил тонкий, как игла, луч света на расположение одного из стрелявших дивизионов, и через мгновение три ракетные установки, радиолокационная станция, аппаратура системы наведения ракет и прочее оборудование превратились в бесформенные груды расплавленного металла! Погиб и почти весь обслуживающий персонал - около 200 человек.

Об этом трагическом случае поведал на страницах польского журнала Czas UFO №12 за 2000 год журналист Бронислав Репецкий, указавший в качестве источника информации книгу бывшего начальника Генерального штаба Министерства обороны СССР маршала Захарова «Война в Юго-Восточной Азии».

Известны случаи, когда атаки на НЛО оказывались успешными, однако такие «успехи» впоследствии оборачивались для нападавших весьма большими неприятностями. Согласно документам КГБ, 13 октября 1987 года в 8.35 утра при проведении плановых маневров одного из подразделений советских войск был замечен неизвестный объект в форме тарелки, летящий на небольшой высоте. По невыясненным причинам по НЛО была выпущена ракета «земля-воздух», достигшая цели.

Сбитый объект ударился о землю с такой силой, что превратился в груду обломков. Из-под обломков выбрались пятеро малорослых гуманоидов с большими головами и большими черными глазами. Они отбежали на некоторое расстояние от места падения НЛО, «сбились в тесную группу, а затем внезапно превратились в некое единое целое шарообразной формы» (!).

Когда все закончилось и пришельцы исчезли, оказалось, что из 25 находившихся поблизости солдат и офицеров целыми и невредимыми, хотя и крайне ошеломленными, остались только двое. Остальные 23 человека... окаменели.

Www.anomalia.kulichki.ru

Хворь с космической «пропиской»

Когда жители провинции Пуно (Перу) увидели ночью в небе огненный шар, который затем врезался в землю, они не предполагали, к каким последствиям это приведет. Однако вскоре сотни человек, побывавших на месте падения загадочного космического тела, почувствовали головокружение, головную боль, тошноту. Заболели и некоторые домашние животные. По мнению пострадавших, всему виной был какой-то газ с резким неприятным запахом, выделявшийся из воронки.

Впрочем, прибывшие по вызову эксперты не нашли особых оснований для беспокойства. «Таинственный незнакомец» оказался обычным метеоритом, при его падении произошла химическая реакция, продуктом которой стал сероводород. Тем не менее власти, перестраховавшись, закрыли для посещения территорию, где случилось ЧП.

Из журнала «Чудеса и приключения».

Черепа пришельцев?

Ископаемые черепа необычной, не свойственной человеку формы могли принадлежать уродливым мутантам или существам, посетившим Землю в доисторические времена.

Социолог Аллен Тоф из Университета Торонто на конференции ведущих специалистов по биотехнологии выдвинул спорный тезис: «Я думаю, что здесь уже есть зонды и, вероятно, уже очень давно». Как писал журнал National Geographic, Тоф имел в виду отнюдь не летающие тарелки, а «нанозонды» - маленькие беспилотные космические корабли, которые посылали на Землю высокоразвитые инопланетные цивилизации. Тоф не исключает возможности контактов инопланетян с «недоразвитыми живыми существами» - земными людьми. В будущем человечество сможет претендовать на вступление в качестве полноправного члена в «космический союз цивилизаций» (или как он там называется?).

Важным, хотя и не бесспорным, аргументом в пользу присутствия на Земле инопланетян можно считать странные ископаемые черепа. Найденный в Южной Америке череп сфотографировал Роберт Конноли в 1995 году, и с тех пор многие сторонники гипотезы о посещении нашей планеты в древности космическими пришельцами приводят эти снимки в доказательство своей правоты.

Www.ufozona.com

ШОК

Какого цвета Луна?

Какого цвета Луна? Дурацкий вопрос, казалось бы. Вон она - видна на небе. Серебристая. Местами серая.

Но это - издали. С такого расстояния, с какого мы смотрим на Луну с Земли, любое космическое тело, лишенное растительности, атмосферы и воды, будет серебриться, отражая солнечный свет. Иное дело - наша планета. Она отсвечивает белыми облаками и синими океанами.

Если посмотреть на фото, которые наснимали будучи на Луне американские астронавты, то и вблизи она либо белая, либо серовато-серебристая на солнце. А в тени - темная. Словом, черно-белая. Как в старом кино.

- Странно, что на снимках Луна совсем лишена цвета. Не может быть, чтобы местная почва везде была одинаково серой, - недоумевает **известный исследователь аномальных явлений Джозеф Скиппер.** И подозревает НАСА в подвохе, который по загадочной причине длится уже много лет. Подвох же, по мнению Скиппера, в том, что все лунные снимки, выложенные на официальных сайтах в свободном доступе, обработаны. Со всех зачем-то вытравлен реальный цвет объектов на поверхности Луны.

Недавно исследователь нашел снимок, который подтвердил его конспирологическую гипотезу. Астронавт Сернан устанавливает американский флаг и тут же себя фотографирует, держа камеру в вытянутой руке. Шмит ходит вокруг лунного модуля.

«Не могу поверить... Это невероятно... Она оранжевая... Будто здесь что-то проржавело»

Зачем американцы отбеливают снимки и дурят весь мир?

Судить о «правильном» цвете целой Луны по одному лишь отражению в стекле шлема было бы опрометчиво. Мало ли что там коричневое отразилось. Однако существуют и другие «улики». Самые главные - это свидетельства членов экипажа «Аполлона-10». Тогда, в мае 1969 года, пилотом лунного модуля был тот же Юджин Сернан, командиром - Томас Стаффорд, пилотом командного модуля - Джон Янг. Астронавты выбирали место посадки для Нейла Армстронга и Базза Олдрина, которые должны были первыми ступить на Луну спустя всего пару месяцев.

Сернан и Стаффорд отстыковались от командного модуля и приблизились к поверхности на 100 метров. Рассмотрели ее цвет в подробностях. О чем составили подробный отчет. И пофотографировали.

В отчете экипажа «Аполлона-10», простите за каламбур, черным по белому написано, что Луна местами то светло-коричневая, то рыжевато-коричневая, то цвета темного шоколада. Но никак не серая. А на некоторых снимках, сделанных с борта «Аполлона-10», она вообще зеленая с ярко-рыжими вкраплениями. Странно, но фото Сернана, Стаффорда и Янга стали последними, на которых Луна имела цвет. Далее, начиная с первой высадки американцев, она стала черно-белой.

Кстати, нечто удивительное по цвету нашли и астронавты с «Аполлона-17» прямо рядом с местом посадки. Об этом есть даже подробное видео. Увы, саму находку американцы не показывают. Но отчетливо слышны восторженные и много раз повторяющиеся выкрики: «Не могу поверить... Это невероятно... Она оранжевая... Будто здесь что-то проржавело». Речь идет о почве, которую астронавты пытаются собрать в мешочек. Наверное, ее привезли на Землю. Но что собой представляла находка, никто до сих пор не сообщил.

Летчик-космонавт СССР Алексей Леонов, который дружил со Стаффордом, по поводу цвета Луны объяснял: все дело в пленке, на которую снимали, и в отражательной способности поверхности.

- Каждый человек по-своему воспринимает цвет, - говорит Алексей Архипович. - Одному кажется коричневый оттенок, другому - другой оттенок. А фотография - это искусственно...

шел снимок, который подтвердил его конспирологическую гипотезу. Астронавт Сернан устанавливает американский флаг и сам себя фотографирует, держа камеру в вытянутой руке. Шмит ходит вокруг лунного модуля, который находится перед Сернаном. И флаг, и скафандр астронавта получились яркими и красочными. А лунная поверхность - черно-белой. Как обычно. Но внимание! Взгляните на стекло шлема. В нем отражается и лунный модуль, и поверхность, на которой тот стоит. Снимок с борта «Аполлона-10»: восход голубой Земли над коричневой Луной. Поверхность коричневая. И это реальный цвет Луны.

«Не могу поверить... Она оранжевая. Будто здесь что-то проржавело».

- Я не знаю, зачем в НАСА отбеливают снимки, - говорит Джозеф Скиппер. - Наверное, что-то скрывают. Ведь, как правило, убирая натуральный цвет объекта, маскируют его структуру. А структура, в свою очередь, может выдать некие подробности, которые не должны попадать в поле зрения непосвященных.

По мнению исследователя, часть фото с флагом просто не обработали по недосмотру. И подвох вскрылся.

100 метров. Рассмотрели ее цвет в подробностях. О чем составили

ляла находка, никто до сих пор не сообщил.

Летчик-космонавт СССР Алексей Леонов, который дружит со Стаффордом, по поводу цвета Луны объяснял: все дело в пленке, на которую снимали, и в отражательной способности поверхности.

- Каждый человек по-своему воспринимает цвет. - говорил Алексей Архипович. - Одному кажется коричневый оттенок, другому - другой оттенок. А фотография - это искусственно придуманные слои. Любая пленка - это три цвета. И сочетание трех цветов. Результат зависит от обработки. Зависит от угла светового потока. Одно положение светового потока - один цвет. Солнце поднимается - другой цвет. Одна и та же по цвету поверхность может отражать в зависимости от угла разные длины волн. А это - разный цвет.

Алексею Архиповичу верю. Но все же не понимаю: сначала Луна отражала так, что была коричневой, а потом начала отражать так, что стала черно-белой на цветной пленке. Есть тут какой-то секрет.

www.paranormal-news.ru

Весь дом - в кругах

Борис Черенев, проживающий в Луганской области, г. Рубежный, вышел на балкон и увидел на небе движущийся объект серого цвета. НЛО, по словам Бориса Иосифовича, имел форму мяча для игры в регби, но был значительно больше. Вокруг объекта явно выделялись широкие круги, вращающиеся против часовой стрелки.

«Я живу на третьем этаже, - рассказывает очевидец. - Казалось, круги захватывали весь дом. Я не был одиноким наблюдателем: на балконы вышли соседи по дому. Я позвонил в милицию и поинтересовался, кто может пускать на небо световые лучи. Дежурный местного горотдела МВД отослал меня к уфологам».

Борис Черенев рассказывает, что многие его соседи были напуганы появлением пришельцев в рубежанском небе, поэтому позакрывали балконы и боялись выйти из квартир. Нашелся только один смельчак из соседнего подъезда, с которым они и продолжили наблюдения на улице, когда объект переместился в северную часть неба.

www.ufolog.ru

УГРОЗА ИЗ КОСМОСА

Пришелец жил среди индейцев

Руины Каса Гранде, лежащие недалеко от города Кулидж в штате Аризона (США), простираются на сотни метров в самом центре американского юго-запада.

Завалившиеся стены, полуразрушенные здания из затвердевшей красноватой глины, да многотонные валуны с загадочными петроглифами - все, что осталось от некогда процветающего города. Сюда часто приезжают туристы, хотя, по многочисленным свидетельствам, среди руин Каса Гранде беспричинно плачут и страдают головными болями маленькие дети. Несколько лет назад семилетняя девочка даже упала там в обморок. Когда она пришла в себя, ее первыми словами были: «Здесь жил плохой человек»...

Построившее Каса Гранде индейское племя хохокам властвовало над американским юго-западом более 1500 лет, а потом таинственно исчезло. Само название «хохокам» на языке современного индейского племени пима означает «те, кто ушли». Как считают исследователи, у индейцев хохокам было много общего со своими соседями. Они также верили в одушевленность созвездий, планет и Луны, равно как и в то, что, помимо мира, окружающего нас, есть множество других миров. Оттуда, полагали индейцы, в наш мир приходят добрые и злые существа, обладающие разумом и могуществом.

Племя хохокам населяло земли, очень бедные природными ресурсами. Земли бассейна реки Феникс давали скудные урожаи, а для скота недоставало растительной пищи. Не было воды для орошения сельскохозяйственных земель - индейцы создали гигантскую сеть ирригационных каналов. Отсутствовали материалы для постройки жилищ - они научились использовать твердую глину и строить из нее двух- и трехэтажные дома.

Наиболее знаменитый памятник их архитектуры - так называемый Большой дом. Он и дал имя всему поселению. Дом представляет собой массивное трехэтажное здание. По мнению некоторых историков, оно использовалось для хранения запасов еды и питья для всех жителей города. Другие считают, что перед ними нечто вроде укрепленного форта. Но, согласно версии уфологов, Каса Гранде был построен в качестве резиденции для... существа с другой планеты!

Единственные окна Каса Гранде направлены точно на север. Создается впечатление, что Большой дом мог использоваться в качестве астрономической обсерватории или культовой постройки. В стене одной из комнат обнаружено отверстие, указывающее на еще одно таинственное сооружение древних индейцев: оно представляет собой четырехгранную усеченную пирамиду высотой семь метров и с основанием шириной сто метров. Уфологи предполагают, что после постройки пирамиды, служившей своеобразным космодромом, индейцы племени хохокам вошли в контакт с представителем инопланетной цивилизации.

А затем уничтожил целое племя хохокам...

Согласно древней легенде, много столетий назад колдуны племени хохокам призвали с небес могущественного покровителя. Он сошел на землю в огненном шаре, который приземлился на специально построенную для этого усеченную пирамиду. Небесный покровитель назвался Старшим Братом и поселился в Большом доме племени. После появления Старшего Брата в племени стали происходить тревожные события. В течение трех лет практически все племя, насчитывавшее несколько тысяч человек, прекратило свое существование. Дальнейшая судьба загадочного Старшего Брата осталась неизвестной.

Исчезновение племени хохокам археологи датируют примерно 1200 годом нашей эры. Некогда густонаселенная местность превратилась в безлюдную пустыню. Высохли ирригационные каналы, разрушились глиняные постройки и заросли сорняками сельскохозяйственные поля. Историки до сих пор не могут решить загадку неожиданного исчезновения целого племени. Что же касается уфологов, то они убеждены, что индейцы хохокам были непременно уничтожены инопланетным существом, по всей видимости, проводившим некие эксперименты над представителями вида гомо сапиенс.

www.ufozona.com

ЧАРЫ

Колдовская шапец-трава

Волшебный праздник Ивана Купалы вот уже несколько лет совпадает со Всемирным днем кладоискателя.

В календарях его нет, искатели сокровищ отмечают его неофициально. Они знают: в купальскую ночь даже самые крутые заклятья и заговоры теряют свои магические силы, а это значит, что клады могут открыться.

Наставления прадеда-зелейщика

Издавна считалось: цветок папоротника, что светлым мотыльком порхает в Иванову ночь над лесами, — первый кладоискателям помощник. Но не дается он в руки, как и многие схороненные сокровища, — охраняет его нечистая сила. Духи мрака и смерти бдительно стерегут жар-цвет от людского взора. А если не доглядят - исход один. Нередко находили наутро мертвыми молодых здоровых парней, погибших неведомо от чего.

Мистика? Не совсем. В зарослях такого папоротника, как, например, щитовник мужской, можно запросто схлопотать сильное отравление. Его признаки - тошнота, головокружение, головная боль, угнетение дыхания и сердечной деятельности, судороги, нарушение зрения. Все это зачастую приводит к летальному исходу.

Нынешние кладоискатели – народ более прагматичный, чем романтики прошлых веков. Нет, в жар-цвета они, безусловно, тоже верят, но жизнью своей рисковать не хотят. Они знают: такую же власть над потаенными сокровищами дает и легендарная шапец-трава. Правда, найти

но, временными. Лес постепенно наполнялся шорохами и неясными звуками, и Виктор услышал чьи-то голоса, но слов разобрать было невозможно. Какие-то люди шли на огонек его костра.

Они возникли так же неожиданно, как будто спарашютировали с неба. Впрочем, нет, скорее всего, выбрались из-под земли – после миллионов лет беспамятства.

Непрошеные гости «косили» под нынешнюю молодежь. Но Виктор сразу же уловил два существенных отличия. Во-первых, в их глазах не было ничего. даже пустоты. Во-вторых, одеты они были в какие-то старинные камзолы.

Но вскоре он провалился в никуда... Очнулся Виктор, когда небо уже серело. Некоторое время он балансировал на грани полузабытья, а когда зрение обрело четкость, увидел у костра не три, а уже четыре фигуры. Шел разговор о нем.

- Лысогор, а что будем делать с этим? – спросил кто-то из ископаемых.

- А ничего, - сказал, судя по всему, хозяин Лысой горы. – Он те- Вот и конечная цель. Я вижу рядом с могилой дух утопленницы. Она молчит и не глядит в мою сторону.

«Скажи что-нибудь», - прошу я жальницу. - «Что?» – говорит она. Голос ее тает во времени и пространстве. - «То, что ты должна мне сказать». - «Хорошо. Слушай. То, что ты ищешь, находится в лесу. Ты найдешь это место: Там увидишь одинокую сосну с искривленным стволом. Рядом – обгорелый пень – в это дерево когда-то ударила молния. Придешь сюда в полночь – в день, который тебе снится. Будь начеку: тебя поджидают серьезные испытания. Надо, чтобы все твои духовные и физические силы слились воедино».

Упертый кладоискатель

- Когда я открыл глаза, то первым делом подумал, что начилось другое сновидение, - продолжает свой рассказ Виктор Козин – Только спустя какое-то время сообразил, что живу в режиме реальности.

Но верит ли сам Козин, что в купальскую ночь клад [illegible] ему в руки?

- Я действительно

Нынешние кладоискатели – народ более прагматичный, чем романтики-прошлых веков. Нет, в силу жар-цвета они, безусловно, тоже верят, но жизнью своей рисковать не хотят. Они знают: такую же власть над потаенными сокровищами дает и легендарная шапец-трава. Правда, найти ее удавалось только счастливчикам. И не всегда это было безопасно.

- Прадед мой, Ерофей Миронович, был потомственным зелейщиком, - говорит Виктор Козин. – Так в старину называли собирателей целебных трав. Когда помер, не дожив немного до ста, в сундуке у него нашли горшок, доверху наполненный старинными медными и серебряными монетами, и тетрадку с какими-то странными записями. Каково их происхождение, кто их подлинный автор, никто не знал. И вот, в конце концов, эта тетрадка попадает ко мне. Читаю - и вдруг натыкаюсь на такую фразу: «Про всякого человека клад захоронен. Только надо уметь клады брать. Неверному человеку клад не дается. Пьяному клад не взять. Со скоромными мыслями к кладу не подступай. Будут тебе страхи, а ты страхов не бойся. Криков не слушай. И поможет тебе в этом шапец-трава».

«Прямо какая-то инструкция для кладоискателей», - подумал Виктор. Стал читать дальше. А дальше говорилось о том, что копать шапец-траву надо в Иванову ночь на Лысой горе. Корень же нужно разделить на две части. Одну половинку положить под подушку, а другую привязать возле сердца. В ту ночь, утверждал неизвестный автор, и привидится клад, который расскажет, где положен и как его взять.

Виктор стал наводить справки. Увы, о шапец-траве никто ничего не знал. Смущало и другое обстоятельство. Лысая гора, как известно, находится на Днепре, рядом с Киевом. Но дед никогда там не бывал. Правда, потом выяснилось: есть и другая Лысая гора – она совсем под боком. Так называют раздвоенный холм между Воротынцем и Васильсурском, что в Нижегородской области. И у него такая же нехорошая слава, такие же «прибабахи», как у киевского «Лысяка». Говорят, когда-то, очень давно, васильсурский холм действительно был горой. Но потом вдруг гора «усохла», в землю вросла. Не сюда ли отправлялся на поиски шапец-травы Ерофей Петрович? И Козин загорелся найти это растение.

Вотчина Лысогора

Он отправился к Лысой горе в Аграфену Купальницу, за день до Ивана Купалы, едва рассвело. Шел один. В прадедовой тетрадке на этот счет наставления давались четкие: «Никаких товарищей никогда себе не бери. А ежели возьмешь клад, – никому про то не болтай. Не покажи клад людям сразу. Иначе опять в землю уйдет, Лысогор заберет».

Виктор долго думал, что это за мифологическое существо, но так ни к чему и не пришел. Даже в эпосе древних чувашей – коренных жителей этих мест – о Лысогоре не упоминалось. Но, судя по всему, Лысогор был отнюдь не безобиден. Чтобы уберечься от него, кладоискателю надлежало остолбить участок, где он ведет свои поиски, обозначив его ветками осины, и разбросать венки, сплетенные из полыни.

- Самое печальное заключалось в том, что я не имел представления, что ищу, - говорит Виктор. – Выкапывал все, что попадалось под руку. Я думал, что потом покажу этот «гербарий» ботаникам, а они разберутся.

Тем временем сгустились сумерки. Луна пряталась в облаках. Где-то вдалеке вспыхивали костры – в последние годы день Ивана Купалы отмечают, пожалуй, даже с еще большим размахом, чем в старину. Тем не менее Лысую гору народ почему-то игнорировал. Это даже было на руку Виктору – никто не мешал.

Все было тихо. Никаких тебе русалок, дьявольских сходняков. Не ревел медведем барсук, не каркали воробьи, не выдавали вороны соловьиных рулад, не играли друг с другом в чехарду деревья...

Но тишина и спокойствие были какими-то тревожными и, вероятно, никуда... Очнулся Виктор, когда небо уже серело. Некоторое время он балансировал на грани полузабытья, а когда зрение обрело четкость, увидел у костра не три, а уже четыре фигуры. Шел разговор о нем.

- Лысогор, а что будем делать с этим? – спросил кто-то из ископаемых.

- А ничего, - сказал, судя по всему, хозяин Лысой горы. – Он теперь навсегда забудет сюда дорогу. Только вот его рюкзак, набитый всякой травой, утопите в реке.

Виктор так и не разглядел как следует это бегемотного вида существо.

«Место» указала утопленница

«Гербарий», который собрал Виктор, безнадежно пропал. Но в последний момент перед появлением прислужников Лысогора (впрочем, не исключено, что это были местные хулиганы) он машинально сунул в карман какой-то вырытый им корешок. Показал его своим друзьям-студентам, которые учатся в Нижегородском университете на биологов.

- Ты знаешь, - сказали они, - это просто мутант хорошо известного растения – бутеня душистого, его еще стародубом называют. Вот только, в принципе, он у нас расти не должен. Его родина – Украина и Белоруссия. Как бутень попал в наши края – непонятно.

«Его рюкзак, набитый всякой травой, утопите в реке».

Тем не менее Виктор взял и разрезал корень надвое. Половинку положил под подушку, а другую пластырем прилепил на грудь. Но, увы, ничего не происходило. Он хотел уже выбросить корешок, но что-то остановило. И приснился ему странный сон.

- Я запомнил его до малейших деталей, - рассказывает Виктор. - Иду по тропинке. Она сначала резко поднимается вверх, затем так же круто спускается. В небе, как живые, шевелятся рои звезд. Что-то или кто-то подсказывает: иди туда, где жальник – так у нас называют одинокую могилу безвестной утопленницы, похороненной здесь много лет назад.

Упертый кладоискатель

- Когда я открыл глаза, то первым делом подумал, что началось другое сновидение, - продолжает свой рассказ Виктор Козин. – Только спустя какое-то время сообразил, что живу в режиме реальности.

Но верит ли сам Козин, что в купальскую ночь клад дастся ему в руки?

- Я действительно верю, - говорит он. – Случайных совпадений не бывает. Я думаю, что шапец-трава попала к нам с Лысой горы под Киевом. Нижегородская ее «тезка» прижилась там, где нашли прибежище разбойники. А там, где разбойники, там и клады.

Надо сказать, что вот уже третий раз подряд в начале июля Виктор отправляется на их поиски. Маршрут один и тот же: Лысая гора под Васильсурском.

- Поделюсь прошлогодними воспоминаниями, - говорит Козин. - День был нежарким. Хмурые тучи повисли над лесом, как черные пиратские флаги. Когда я наткнулся на искривленную сосну, я понял, что кто-то вполне осознанно ведет меня именно сюда. Вот и полянка, отороченная россыпью камней. И тут мне по-настоящему стало страшно. Я слышал за собой какие-то шорохи: кто-то крался за мной – легкий на ногу и изворотливый. Неужели снова предстоит встретиться с Лысогором?

И тут произошло то, что он не ожидал. Он не узнал места, где был только что. Все здесь изменилось. это было не то самое место. Красновато-серый туман – мягкий и вкрадчивый – быстро окутывал лес. И Виктор неожиданно остро почувствовал свою беспомощность перед тем, кто диктовал ему свою волю. По-видимому, он каким-то образом, может быть, даже случайно нарушил старинные наставления для кладоискателей.

- Тогда я ушел, - говорит нижегородский упертый кладоискатель. – Но я еще вернусь.

Сергей СТЕПАНОВ.
«Приключения. Тайны. Чудеса».

Младенец весом под 120 кг!

Дети-гиганты

НЕ ОТ МИРА СЕГО

В свое время китаец Джин Ли, американец Билли Джоунс из Северной Каролины и гаваец Роки Карроне произвели настоящую сенсацию.

Сейчас все они, несмотря на мрачные предсказания врачей и ученых, живы, вполне здоровы и довольны жизнью.

Билли Джоунс

Родившийся в 1990 году Билли Джоунс в два года стал самым тяжелым ребенком на Земле - вес составлял 265 фунтов (120 килограммов). С тех пор Билли, настоящее имя по понятным соображениям держится в тайне, продолжал с поразительной скоростью набирать вес. Сейчас десятилетний мальчик весит 992 фунта (450 килограммов). Скоро его вес, без всяких сомнений, превысит отметку в 1000 фунтов.

Талия у него немногим мень-

Собачья жизнь - это спасение

Приемной семьей стала для новорожденного ребенка стая бродячих собак. Мать бросила малютку в лужу. Кроху ждала неминуемая смерть, если бы не четвероногая помощь.

Животные выкормили младенца и долго держали его в своем «коллективе», пока девочку не заметили люди. Сейчас ее взяла к себе в дом бездетная пара, а полиция занялась поисками горе-родительницы.

Из журнала «Чудеса и приключения».

ЖЕРТВЫ ПРОГЕРИИ

Стареющие... подростки

В Германии живет одиннадцатилетняя Свеня, которая стареет каждый день на целую неделю.

По ночам она видит те же сны, что и другие девочки ее возраста: свадьба с белым платьем и длинным шлейфом, работа в зоопарке, маленький ребенок на руках. Свеня часто рассказывает свои сны Линде - так зовут ее младшую сестренку. Ее мечтам не суждено осуществиться. Ибо эта девочка, живущая в Вестфалии, страдает очень редкой тяжелой и неизлечимой болезнью - прогерией.

Ее механизм практически неизвестен. Она быстро превращает детей в стариков. Виноват в этом какой-то до сих пор не раскрытый генетический дефект. Во всем мире зарегистрировано около сорока детей, страдающих прогерией. В Германии живут двое: 13-летний школьник из Бремена Йошка и Свеня.

Биологически Свеня - 84-летняя старушка. Симптомы раннего

няя Линда. «Подвижность суставов ухудшается, все заметнее явления артроза», - печально говорит мать девочки.

И все-таки организм Свени еще сравнительно крепок. У других детей, страдающих прогерией, в ее возрасте часто случаются инфаркты и инсульты.

Они прикованы к постели, некоторые не доживают до 11 лет. Средняя продолжительность жизни при таком заболевании - от 13 до 17 лет.

Свеня знает об этом. Недавно она пришла домой из школы и, плача, закрылась в своей комнате. На расспросы долго не отвечала и лишь через несколько часов тихо рассказала матери, что она поспорила с одним мальчиком из ее класса и он крикнул ей в лицо: «Все равно ты скоро умрешь!»

Как можно в 11 лет выглядеть на 80?

Несмотря на физическое старение, Свеня остается маленьким и очень ранимым ребенком. Жестокие слова сверстника нанесли ей тяжелую душевную травму. Но она не сдается и еще многого ждет от жизни. Подобно большинству детей, болеющих прогерией, Свеня

...лял 265 фунтов (120 килограммов). С тех пор Билли, настоящее имя по понятным соображениям держится в тайне, продолжал с поразительной скоростью набирать вес. Сейчас десятилетний мальчик весит 992 фунта (450 килограммов). Скоро его вес, без всяких сомнений, превысит отметку в 1000 фунтов.

Талия у него немногим меньше двух метров. Такой мальчик не может не привлекать к себе внимания окружающих. Едва родившись, он стал местной достопримечательностью. Сейчас Билли ездит с цирком по ярмаркам. Родители забрали его из обычной школы, и преподаватели обучают его на дому.

«Несмотря на такой вес, доктора считают Билли здоровым мальчиком, - говорит его мать. - Он так любит есть, что у нас не хватает смелости прогонять его из-за стола. Чтобы поменьше меня беспокоить, Билли научился готовить кое-какие свои любимые блюда: макароны с сыром, шоколадный торт и пудинг с ирисками». Еда - не единственная любовь Билли Джоунса. Помимо нее он любит математику, читать книги и надеется стать, когда вырастет, большим бизнесменом.

Сальваторе Роки Карроне

В 1995 году двухлетний Сальваторе Роки Карроне удивил весь мир не столько своим огромным весом (272 фунта, или 123 килограмма), сколько ростом (немногим менее 1 м 40 см) и не по годам зрелым лицом подростка.

За пять лет, которые миновали с тех пор, в жизни юного жителя Гонолулу произошло много событий. Самое главное то, что сейчас, в семь лет, он весит 450 фунтов (204 килограмма).

«Роки очень доволен жизнью, - говорит его мать Мария Карроне. - Время от времени он обещает начать худеть, но, по-моему, худеть ему не хочется». Доктор, наблюдавший за гигантским малышом, считает, что, несмотря на свой вес, Роки здоров как лошадь.

«До трех лет Роки ел очень много, - вспоминает он, - и у него образовалось большое количество так называемых жировых клеток. Избавиться от них крайне трудно. Человек с жировыми клетками может мало есть, но при этом он все равно будет быстро набирать вес».

Джин Ли

В 1989 году китаец Джин Ли из простой крестьянской семьи, весивший 103 фунта (47 килограммов), стал самым тяжелым двухлетним ребенком. Сейчас Джину тринадцать лет, весит он 692 фунта (313 килограммов).

В 1995 году американцы Бентон и Эми Эйверсы, прочитавшие в «Уикли уорлд ньюс» о чудо-мальчике, решили, что в Америке ему будет жить лучше, и привезли его из китайского поселка Чикан в Лос-Анджелес.

На решение китайских властей разрешить американцам усыновить Джин Ли повлияло то обстоятельство, что Эйверсы - состоятельные люди. Прокормить юного гиганта непросто.

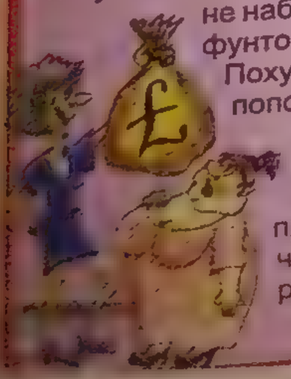
В два года Джин Ли каждый день съедал по пятнадцать тарелок макарон, семь тарелок риса, три с половиной килограмма рыбы и курицу. Неудивительно, что родители были не в состоянии прокормить такого прожорливого ребенка и отдали его. За день он съедает четыре с половиной килограмма мяса, огромную миску овощного салата, три большущие тарелки картофельного пюре, четыре килограмма рыбы и три или четыре яблочных пирога.

www.chndo.biz

СУПЕРПРОЕКТ

Худей и богатей

Чтобы успешнее бороться с растущим ожирением соотечественников, власти Великобритании решили взять в союзники не только рекомендации медиков, но и материальный стимул. Национальная служба здравоохранения провела в графстве Кент эксперимент под остроумным названием Pounds for Pounds («фунты за фунты»). По его условиям участники программы, сбросившие 13,6 килограмма и не набравшие вес за последующие полгода, получали 160 фунтов стерлингов (1 фунт равен примерно 50 рублям). Похудевшие на 22,7 килограмма спустя шесть месяцев пополнили свой бюджет 425 фунтами.



Максимальное вознаграждение - 1000 фунтов - ожидало тех, кто станет легче на... 68 килограммов и не располнеет в течение двух лет! В эксперименте приняли участие 600 жителей Кента, среднестатистический показатель сброшенного ими веса составил (в расчете на одного человека) 6,5 килограмма.

Из журнала «Чудеса и Приключения».

Как можно в 11 лет выглядеть на 80?

какой-то до сих пор не раскрытый генетический дефект. Во всем мире зарегистрировано около сорока детей, страдающих прогерией. В Германии живут двое: 13-летний школьник из Бремена Йошка и Свеня.

Биологически Свеня - 84-летняя старушка. Симптомы раннего одряхления бросаются в глаза: отсутствуют волосы, ресницы, кожа тонкая и прозрачная, натянута, как пергамент, на хрупкое тельце. Из-под кожи на губах, носу и щеках исчезает жировая прослойка, что также присуще пожилым людям. Свеня чувствует, как неумолимо дряхлеет ее организм, в последние месяцы особенно явственно.

«Я уже не могу прыгать через веревочку, как раньше», - жалуется эта хрупкая девочка, которая при росте 122 сантиметра весит всего 15 килограммов!

Ходит она тоже с трудом: с некоторых пор шнурки на ботинках ей стала завязывать восьмилетняя сестра.

Несмотря на физическое старение, Свеня остается маленьким и очень ранимым ребенком. Жестокие слова сверстника нанесли ей тяжелую душевную травму. Но она не сдается и еще многого ждет от жизни. Подобно большинству детей, болеющих прогерией, Свеня умна, развита.

Свеня надеется, что новые одноклассники подружатся с ней и не будут все время глазеть на нее из-за ее странной внешности. «Меня это раздражает, - сердито говорит девочка. - И я не хочу, чтобы меня жалели. Я хочу дружить».

В середине июня она вместе с матерью и сестрой побывает в Соединенных Штатах, где встретится с другими детьми, у которых такая же болезнь, как и у нее.

Но Лукаса, ее ровесника и друга по переписке из Польши, там не будет. «Он умер», - тихо и строго говорит девочка.

www.ufolog.ru

НАСТОЯЩАЯ МАГИЯ

Реклама. Москвичев А.Г. ОГРН 306526020000017

МАГИЧЕСКИЕ КНИГИ

Книги по шаманизму, черной магии, некромантии, наведение порчи, каббала, сборники заговоров, привороты, отвороты, учебники и самоучители по магии, целительство, астрология, народная медицина, учебники и самоучители гипноза. Эзотерическая литература. Карты Таро. Руны. Йога, рейки, цигун, аюрведа, мудры, медитации в отдельном каталоге **"Восточные целительные практики"**

Более 5 000 наименований книг, маятники, рамки и магические свечи.

ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ
Самоучители магии для начинающих. Приемы проведения магических ритуалов. Практика колдовства. Астральные путешествия. Амулеты и талисманы. Практические самоучители магии помогут начинающим овладеть действующими методиками.

ГАДАНИЯ
Гадания на игральных картах. Хиромантия. Нумерология. Карты Таро. Руны.

ЛЮБОВНАЯ МАГИЯ
Сильнейшие привороты и отвороты. Древнейшие любовные ритуалы и заговоры. Приворотные эликсиры и заклинания.

ДЕНЕЖНАЯ МАГИЯ
Практические рецепты привлечения денег, удачи, успеха. Талисманы на удачу и успех.

ЗАЩИТА ОТ ПОРЧИ
Мощнейшие практические приемы и способы наведения или избавления от порчи, сглаза, помещенные в книгах, легко доступны для самостоятельного применения.

ЧЕРНАЯ МАГИЯ
Обряды проведения магических ритуалов, наведение порчи, вызов духов, общение с демонами, тайные знания приобретения силы.

СБОРНИКИ ЗАГОВОРОВ
Заклинания и заговоры на обретение богатства, удачи, любви, здоровья и благополучия. Исцеление молитвами. Заговоры на защиту дома, родных и семьи.

БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ

с подробными описаниями книг Вы можете получить по почте. Для этого **ОБЯЗАТЕЛЬНО ПРИШЛИТЕ В ПИСЬМЕ КОНВЕРТ** с марками и Вашим адресом

603132, Нижний Новгород, а\я 445, А-97

ШЕСТОЕ ЧУВСТВО

Подсказки госпожи-фортуны

Почти каждый из нас хотя бы раз в жизни сталкивался с феноменом предвестия - странным, но пустяковым случаем, вдруг повлекшим за собой череду событий, изменившим судьбу.

Как расшифровать приметы фортуны?

Как приходят знамения

По словам **руководителя Международного института позитивной психологии Дениз Линн**, пытающей разобраться с этим феноменом, любой знакомый предмет, неожиданно оказавшийся не там, где надо, можно трактовать как знамение. И приводит в доказательство очень яркий пример.

Досадные препятствия

Один предприниматель из города Аделаида (Австралия) собирался отплыть на пакетботе в Бомбей - и трижды опаздывал. В первый раз не прозвенел будильник. Во второй раз - заболела любимая собачка и пришлось ждать ветеринара. В третий раз - неожиданно исчез паспорт. А вскоре выяснилось, что первый пакетбот был захвачен малайскими пиратами, второй - бесследно исчез, а на третьем вспыхнул пожар, унесший жизни половины

Ощущение радости

Важный сигнал - это ощущение радости, удовольствия от того, что с вами происходит. Если вы что-то делаете с восторгом, то это знак судьбы, что вы совершаете правильный поступок и идете в нужном направлении. Если возникает чувство дискомфорта, значит, ваше решение проблемы неверно.

Например, Анна Д. готовилась отправиться в морской круиз. Она собирала деньги на путешествие более двух лет, но когда пришло время покупать турпутевку, то почувствовала стойкое нежелание это делать. Почему - сама не могла объяснить. Но дату поездки перенесла, после чего облегченно вздохнула. Каково же было ее удивление, когда, наконец отправившись в круиз, она в первый же день встретила на корабле юношу, в которого

Башмаки Лапласа

Знаменитый французский математик и астроном Пьер-Симон Лаплас, человек внимательный и систематический, однажды заметил: если его ночные туфли оказывались не на месте, то всегда в этот день до его карманов пытались добраться уличные воришки. Такое совпадение никак нельзя было посчитать случайным.

Он рассказал об этом коллеге-академику, и они решили провести серию контрольных прогулок. Что же вышло? Если туфли были на месте - ничего не происходило. Когда предвестие случалось - ученым приходилось отбиваться от своры карманников, действовавших достаточно нагло. Правдивость знамения была очевидной.

Или другие примеры из истории. Известный пират Флинт никогда не выходил в море, если его трубка дважды не раскуривалась. А флотоводец герцог Кумберлендский приказывал повернуть карету домой, если на пути в порт видел на улице больше двух трубочистов. Это знаменовало жестокую бурю. Другой знаменитый британский моряк, адмирал Бенбоу, еще будучи простым капитаном корабля, заметил, что рыжий или пятнистый кот, перебегавший ему дорогу, сулит морскую катастрофу.

В критических ситуациях людям помогает способность пред-

рету домой, если на пути в порт видел на улице больше двух трубочистов. Это знаменовало жестокую бурю. Другой знаменитый британский моряк, адмирал Бенбоу, еще будучи простым капитаном корабля, заметил, что рыжий или пятнистый кот, перебегавший ему дорогу, сулит морскую катастрофу.

В критических ситуациях людям помогает способность предвидеть события ближайшего будущего.

- С виду предвестия как будто похожи на приметы, но таковыми не являются, - объясняет суть феномена **психолог, гештальт-терапевт Олег Никитин.** - Ведь у каждого человека они индивидуальны. Например, вы идете и спотыкаетесь: один раз, другой, третий. Таким образом, нечто - назовите это судьбой, ангелом-хранителем, высшими силами или проделками подсознания - предупреждает нас, чтобы мы были осторожны, иначе сломаем ногу или угодим под машину. Малые знамения отличаются от примет или рядовых случайностей тем, что для них часто характерно повторение одних и тех же ситуаций, словно человеку тактично напоминают: «Не надо так

делать, а то будет худо». Если он не прислушивается, ситуация повторяется, чтобы он понял, что все это не случайно. Если опять не прислушивается к советам судьбы, то тогда и случается непоправимое. И мы горестно вздыхаем: «Эх, что же я раньше не заметил?»

Материалисты считают, что малые знамения - просто-напросто следствие жизненного опыта. Иные ученые, правда, не столь категоричные в своих выводах - они полагают, что в критических ситуациях людям помогает интуиция, или способность предвидеть события ближайшего будущего. Но тем не менее многие исследователи сходятся во мнении: чтобы жить успешно и счастливо, мы должны научиться воспринимать эти добрые знаки, выделяя их из массы событий повседневной жизни.

- Не всегда эти силы могут говорить прямо, сообщать ясную информацию, - объясняет Никитин. - Им нужны посредники - события, предметы. Иногда предвестия конкретны. Например, теряется какая-то нужная вещь, мелкий предмет. Потом пропажа находится, и мы успокаиваемся. А это бывает предвестием какой-то другой, более важной, невосполнимой потери.

Уже много веков специалисты сталкиваются с феноменом знамений. Делались многочисленные попытки как-то классифицировать их. Например, французский исследователь Роберт Д'Обюиссон даже написал научный труд «Теории малых знамений». Но оказалось, что это занятие неблагодарное, так как никто пока не смог «загнать» знаки свыше в какие-то рамки. Поэтому лучше всего попытаться понять их на конкретных примерах, а потом сделать возможные выводы.

www.anomalia.kulichki.ru

КСТАТИ

Другие знаки

● Если вы встречаетесь с человеком, необычайно напоминающим вам какого-то знакомого, с которым у вас были проблемы в прошлом, - значит, пришло время объясниться с ним. И, как правило, это означает, что ваши раны, нанесенные друг другу, начали исцеляться.

● Когда вы думаете о ком-то - это означает, что пора вступить с ним в контакт. Как правило, этот человек ожидает от вас звонка или вести. Даже если вы не знаете, зачем вам необходимо связаться с определенным человеком, делайте это без колебаний.

● Всякая болезнь является важным знаком работы вашего подсознания. Болезнь может являться способом, которым тело дает вам знать о дисбалансе в вашей жизни, и нести, например, такое простое послание: «Не спеши, не перенапрягайся. Остановись и оглянись».

● Затерявшиеся очки, ключи или документы не всегда бывают признаками склероза или беспечности, но важными предзнаменованиями. Если вы видите, что какой-то предмет обихода лежит не там, где обычно, то стоит задуматься: почему подобное произошло и что это может значить. Чаще всего удается вычислить возможную неприятность.

бирался отплыть на пакетботе в Бомбей - и трижды опаздывал. В первый раз не прозвенел будильник. Во второй раз - заболела любимая собачка и пришлось ждать ветеринара. В третий раз - неожиданно исчез паспорт. А вскоре выяснилось, что первый пакетбот был захвачен малайскими пиратами, второй - бесследно исчез, а на третьем вспыхнул пожар, унесший жизни половины пассажиров.

Совет. Из подобного рода упрямых и досадных препятствий нужно делать выводы: вовремя выявить повторяемость предвестий. Тогда обезопасить себя значительно проще.

Разговоры незнакомцев

Все люди, встречающиеся на вашем пути - иногда самым загадочным образом - несут с собой послания для вас. У них, как ни странно, есть ответ на ваш мучительный вопрос. Даже случайный разговор с незнакомцем на автобусной остановке может невероятно обогатить вас нужной информацией.

Например, однажды Николай П. отправился из Москвы в Псков продавать дом покойных родителей. В купе подсел очень шумный мужчина. Он все пытался втянуть Николая в разговор о политике, но тот упрямо изображал, что спит. И вдруг молодой человек услышал от незнакомца фразу, которую часто повторял его отец: «Если вы помогаете земле, земля поможет вам». Сосед уже рассказывал другому попутчику, как работал в колхозе. Детские теплые воспоминания о деревне так нахлынули на Николая, что он тотчас решил не продавать дом, а вообще переехать из столицы в провинцию. Так он и поступил и не жалеет об этом.

Совет. Уделите внимание случайным словам незнакомца и постарайтесь расшифровать смысл послания, направленного вам.

собирала деньги на путешествие более двух лет, но когда пришло время покупать турпутевку, то почувствовала стойкое нежелание это делать. Почему - сама не могла объяснить. Но дату поездки перенесла, после чего облегченно вздохнула. Каково же было ее удивление, когда, наконец отправившись в круиз, она в первый же день встретила на корабле юношу, в которого влюбилась и за которого счастливо вышла замуж.

Совет. Прислушивайтесь к своим эмоциям, прежде чем на что-то решиться. Если ваше желание вызывает неудобства и опасения и есть возможность от него отказаться - лучше откажитесь.

Печатное слово

Некоторые находят подсказки судьбы в цифрах.

Следите за напечатанными словами, ищите в них знаки. Особое внимание уделяйте тем словам, которые попадаются вам на глаза снова и снова. Печатные слова, несущие для вас личное послание, могут появиться в газетах, журналах, они могут быть написанными на афишах и проплывать по экрану телевизора. Те слова, которые являются вашим личным знамением, должны либо постоянно повторяться в вашей жизни, либо неожиданно врезаться в память.

Например, Катерина Р. хотела, чтобы ей увеличили на работе оклад. Но боялась даже заикаться об этом, так как она недостаточно долго работала в фирме. Но вот однажды по дороге в офис она проходила вдоль ряда магазинов. Они всегда были закрыты утром, но в этот день почему-то на всех закрытых дверях красовались таблички с надписью «Открыто». Это слово подтолкнуло ее к мысли, что дорога открыта именно ей. В этот же день она пошла к шефу, и ее просьба о повышении оклада была удовлетворена. Ей сказали, что попроси она о прибавке хоть на день раньше, ей бы непременно отказали.

Там, где бес попутал

МОТАЙ НА УС

Дорогая газета! Моя бабушка считалась в нашем поселке колдуньей. Помню, как она ходила на один и тот же перекресток. Что-то шептала, плевалась на все четыре стороны. И верила, что пересечение дорог - место, обладающее страшной магической силой. Это так?

Илья ЧУЙКОВ, студент. Нижегородская обл.

Человек, идущий «след в след», назывался путником, что символизировало добрую дорогу, а тот, кто сбился с пути - отклонился от родовых корней - назывался беспутным - то есть человеком, у которого нет пути.

В то же время приставка «бес» наводит на мысль о бесах: беспутный - тот, кто путается с бесами.

Пойти туда, не знаю куда...

Дорога - это множество следов. Там, где дороги пересекаются, этих следов по вполне понятным причинам становится значительно больше. На перекрестке человек стоит перед выбором, куда пойти, а значит, нарочно или нечаянно, может сойти со «своего следа», стать беспутным. Потому-то перекресток - место, где пересекаются несколько путей - и считается территорией обитания нечистой силы.

В месте, где пересекаются пути, проще гадать и ворожить, потому что там быстрее, чем в

тырех перекрестков (северного, южного, западного и восточного), в центре между которыми находится ваш дом (офис). Делается это крест-накрест: от перекрестка к перекрестку идут по диагонали (скажем, от северного к южному и от западного к восточному). Потом все четыре щепоти земли перемешивают и сыплют в четыре угла того помещения, где обычно принимают или хотят принимать клиентов. Лучше всего это делать в удачно сложившийся для торговли день после ухода последнего покупателя. Собирая землю с перекрестков, обратите внимание на луну. К молодому месяцу повернитесь правым боком и смотрите на него правым глазом. Неплохо ворожить и в полнолуние, а на убывающей луне на прибыль ворожат в исключительных случаях - если человек чувствует, что луна на него не влияет, и к тому же испытывает такой прилив эмоций, что способен просто-таки «горы свернуть».

Заколдованный вход-выход

Для того чтобы любимый или

если вы, собственно, хотели именно этого...

Чтобы дело пошло

Начало любого нового дела - поступление в институт, отъезд за границу с далеко идущими намерениями или устройство на работу - желательно начинать, постояв на перекрестке и сосредоточившись на новом деле.

Порожные приметы

На мир в семье под порогом оставляют красные тряпочки, а над порогом - входной дверью - иконы с молитвами. Через порог не здороваются, не прощаются, на него не садятся, чтобы не гневить домашнего бога и чтоб не напали злые силы. Продавцы не должны стоять на пороге, чтобы не отогнать покупателей. В сумерки через порог не выносят мусор вслед за ушедшим другом - он может больше не прийти к вам. А вот если ушел враг - плюй ему вслед, ругайся - порог все стерпит.

Порог

С перекрестками тесно связана тема порогов. Порог - граница, отделяющая родной дом от внешнего мира. Дома, за порогом, огражденный углами человек оказывается под охраной домашнего божества - очага, культ почитания которого восходит к поклонению Перуну - богу грозы.

Порог наряду с перекрестками и межами считается

выбором, куда пойти, а значит, нарочно или нечаянно, может сойти со «своего следа», стать беспутным. Потому-то перекресток - место, где пересекаются несколько путей - и считается территорией обитания нечистой силы.

В месте, где пересекаются пути, проще гадать и ворожить, потому что там быстрее, чем в любом другом месте, изменяется восприятие колдуна, а эффект магической операции существенно усиливается.

Оптимальные перекрестки

Огромное значение имеет и возраст перекрестка: если ему лет 100-150,если здесь дороги пересекались еще при прапрадедушках, то действия мага могут достичь максимальной силы. Новый перекресток в этом плане не так эффективен. Хорошо «работают» перекрестки, расположенные рядом с храмами, кладбищами и вообще в тех местах, где бывает большое количество людей, обуреваемых эмоциями. Для духовных дел лучше использовать перекрестки храмовые или театральные, а для бизнеса и прибыли - рыночные.

Прибыльный перекресток

Для того чтобы привлечь клиентов, надо собрать землю с че-

молодому месяцу повернитесь правым боком и смотрите на него правым глазом. Неплохо ворожить и в полнолуние, а на убывающей луне на прибыль ворожат в исключительных случаях - если человек чувствует, что луна на него не влияет, и к тому же испытывает такой прилив эмоций, что способен просто-таки «горы свернуть».

Заколдованный вход-выход

Для того чтобы любимый или любимая оставались на вашей территории (в доме, квартире, офисе, в конце концов) сколь вам угодно долго, вы проделываете тот же самый обряд. Однако на этот раз пыль надо насыпать не только в углы, но и под порог, и сделать все это надо, когда объект в доме.

Ошибка в этом плане может стоить вам очень дорого, поскольку добьетесь вы своей неграмотной ворожбой обратного результата: если объект отсутствует - физически находится вне дома - вы навсегда запрете от него свой дом! Другое дело,

Порог

С перекрестками тесно связана тема порогов. Порог - граница, отделяющая родной дом от внешнего мира. Дома, за порогом, огражденный углами человек *оказывается под охраной домашнего божества -очага, или проще огня, культ почитания которого восходит к поклонению Перуну - богу грозы.*

Порог наряду с перекрестками и межами считается самым мистическим местом в славянской мифологии. На пороге сходятся две дороги: одна - ведущая к дому, другая - ведущая от дома. Это столкновение двух реальностей - входа и выхода, и одной покровительствуют силы домашнего очага, другой - силы буйных ветров.

А место, где ни одна из этих сил не действует, и есть порог - «полоса отчуждения», место недеяния. Там тоже, по поверьям, обитает нечистая сила. Поэтому нередко магические обряды произносятся на порогах, да и многие приметы связаны с ними.

Мой талисман

В разные дни недели небеса посылают определенные виды энергии.

Например, в **понедельник нужно носить изделия из серебра.** Талисманами понедельника могут быть и любые не ограненные камни пастельных тонов. А вот что касается цветов, то подойдут все оттенки синего.

Талисманы вторника - любые железные предметы. А вот каменные талисманы этого дня должны иметь насыщенный красный или бордовый цвет.

Предметы из сплавов любых металлов подойдут в роли талисманов среды. А вот из камней лучше выбрать авантюрин. А еще можно носить любые камни зеленого оттенка, прозрачные.

Талисманы четверга - любые предметы из олова. Но еще лучше в этот день носить ювелирные изделия, выполненные из нескольких видов металлов и камней.

В пятницу астрологи рекомендуют носить изделия из меди. А вот из каменных талисманов подойдут любые камни нежных, но не слишком бледных цветов.

Талисманами субботы могут быть любые изделия из свинца. А вот камни лучше всего выбирать непрозрачные. Цвет талисмана должен быть черный или серый.

И наконец, в **воскресенье лучше всего носить изделия из золота.** Камни тоже должны быть ярких насыщенных цветов.

Мусорная корзина...

Сегодня почти в каждом многоэтажном доме есть мусоропроводы. Но нам все равно лень выносить каждый очисток в него.

И мы заводим у себя дома мусорные корзины. Большие и маленькие, пластиковые и проволочные - они стали если не символом, то, конечно, атрибутом нашего городского житья-бытья. А ведь это архинеприятно для энергетики жилища и нас самих!

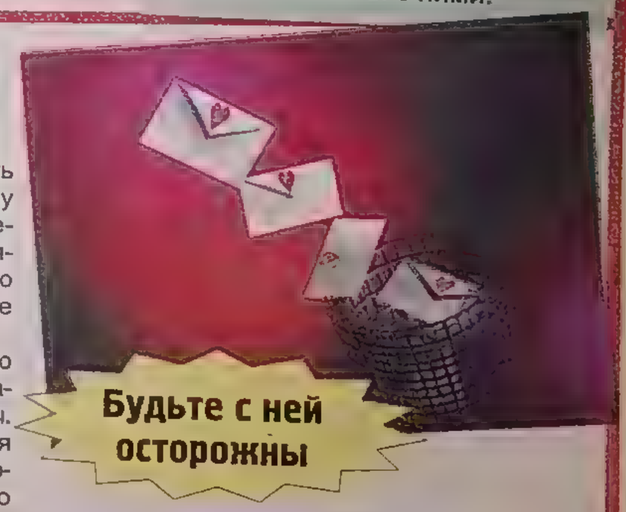
С корзиной надо быть предельно осторожным. Но все-таки без нее не обойтись. Поэтому применим ее не очень полезные свойства во благо или хотя бы не во вред.

Итак, корзина с мусором должна быть припрятана от чужих глаз. Это требование не только гигиены, но и магии. Лучше, если она стоит в левом углу, где собирается не только грязь физическая, но и энергетическая. Лучше, если корзина будет пластиковая. Этот материал не впускает в себя никаких внешних излучений и не выпускает их вовне, служа своеобразным саркофагом для отходов.

Кстати, мусор бывает самый разнообразный. И воздействие от него тоже разное. Самые вредные для людей - обрезки мяса, рыбные кости, шелуха семечек (все те вещи, которые нередко подсыпают под двери, когда хотят навести порчу). В вашем доме эти предметы вполне могут стать бомбой замедленного действия. Поэтому нейтрализуйте негативное воздействие, переложив все бумагой. Генетически она связана с деревьями, которые встают грудью на пути всякой «негативки» и даже в виде бумаги способны нас защитить.

Всем известно, что выносить мусорную корзину следует не на заходе солнца. Нежелательно делать это после наступления темноты. Очень подходящее время для ее опорожнения - полдень и послеполуденное время. Утром ходить к мусоропроводу тоже не советую. Можно «засыпать» нечистотами весь день.

Теперь о полезных ритуалах с мусорной корзиной. Они помогают избавиться от нежелательных осложнений как в будущем, так и в настоящем. Возьмите чистый нелинованный лист бумаги. Сосредоточьтесь и представьте, как на нем расплывается черное пятно - квинтэссенция неприятностей, которые мешают жить. В пятне можете представить лица навредивших вам людей, различные неприятные ситуации. После этого аккуратно сложите лист в четыре раза и, стоя над мусорной корзиной, порвите его таким образом, чтобы получилось четное число обрывков. При этом читать заговор: «Зло пришло - в бумагу ушло, выйти не стремилось, нечистотами прикрылось. Там ему и быть». Ритуал проведите на заре, а мусор вынесите в полдень.



Будьте с ней осторожны

Многие ритуалы в своей финальной стадии требуют выбрасывания каких-либо остатков в мусор. Избавляясь от негатива, вы можете случайно передать его кому-то еще, если не будете выполнять условия магической безопасности. Проходя после захода солнца мимо мусорника, на всякий случай «защититесь». Мало ли что может лежать в этих кучах. Потом не забудьте защиту «снять» и «сжечь» в виртуальном огне.

«Я вам пишу...»

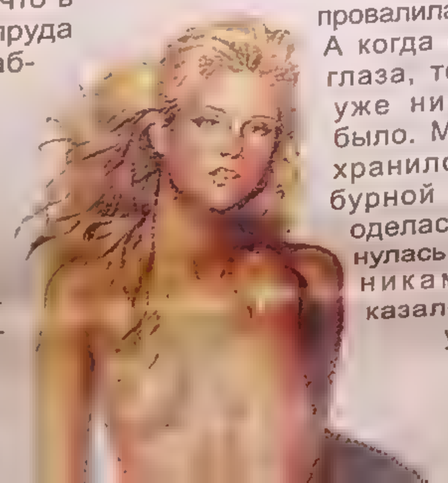
Дорогая редакция «Чудес»! История моя очень странная, я сама до сих пор не могу окончательно поверить, что со мной все это произошло, но все-таки расскажу, как умею.

Каждое лето старшеклассники нашей школы выезжают за город на уборку овощей и фруктов. Детям — свежий воздух и витамины, школе — хоть какие-то средства кроме бюджетных крох.

В то лето вместе с десятым классом поехала руководителем и я. И как-то утром, в субботу, ко мне подошла одна из девочек, Наташа, и попросила отпустить ее на денек домой, на день рождения ее мамы. Наташа клятвенно обещала вернуться в воскресенье вечером. Я помялась, но согласилась – девочка уже большая, а если добираться на электричке, то не очень-то и далеко.

Наташа сразу же уехала, а вечером я в одиночку пошла на пруд – искупаться после жаркого дня. И вдруг я увидела, что в легких сумерках на берегу пруда стоит... Наташа! Причем абсолютно нагая, с распущенными волосами. Я так и онемела, и вдруг она прыгнула на меня, как зверь на добычу. Я даже представить не могла, что у шестнадцатилетней девушки столько силы и ловкости! Наташа повалила меня, крепко прижала своим телом к земле, а рот намертво, словно скотчем, заклеила мне своими губами. А потом

Любовница-русалка



дение, как она тут же жестко подчиняла меня себе вновь.

Так прошла вся ночь. К утру я изнемогла и на заре провалилась в сон. А когда открыла глаза, то рядом уже никого не было. Мое тело хранило следы бурной ночи. Я оделась и вернулась к школьникам. Мне казалось, что у меня на лице написано все, что со мной произошло, но, к счастью, никто ничего не заметил.

А вечером из города вернулась Наташа – веселая, довольная, вела себя так, словно ничего и не произошло, угощала меня праздничным маминым пирогом...

Незадолго до отъезда мы с девочками пошли вечерком прогуляться. Шли мы как раз мимо того самого пруда, там старуха отвязывала козу. Увидев нас, она тут же замахала руками: «Ой, девки! Не вздумайте тут купаться! Того и гляди, русалка вам глаза отведет, да в воду и утащит! Видите, я вот даже козу боюсь оставить!»

Девочки посмеялись, а меня словно громом поразило. Так вот с кем я провела ночь! И теперь понятно, почему мне явились в чужом облике – недаром бабка сказала «глаза отведет»! Видно, сама русалка в своем истинном обличии слишком ужасна, вот и показывает кого-то вместо себя.

С той поры прошло уже немало времени, но от воспоминания

За кем охотится чупакабра?

Уважаемая редакция! Прошлым летом я купила вашу газету перед самой поездкой во Львов, и представьте себе мою реакцию, когда я прочитала, что как раз во Львовской и Волынской областях кто-то умерщвляет домашний скот. Если раньше я еще сомневалась – ехать или не ехать, то теперь все сомнения отпали. Конечно же, еду

новость: чупакабра снова приходила, убила с десяток кур у Ганны Шкиленко! Тут я не выдержала и бросилась к месту ночной резни. Дом Шкиленко находится как раз возле кукурузного поля. Ганна охотно показывает всем желающим трупики птицы в курятнике. Оказалось, что сарай был

...кула на меня, как зверь на добычу. Я даже представить не могла, что у шестнадцатилетней девушки столько силы и ловкости! Наташа повалила меня, крепко прижала своим телом к земле, а рот намертво, словно скотчем, заклеила мне своими губами. А потом в одно мгновение сорвала с меня купальник...

Дальнейшее я помню очень смутно. У меня от происходящего шла кругом голова, я уже не понимала, где нахожусь: на

...хранило следы бурной ночи. Я оделась и вернулась к школьникам. Мне казалось, что у меня

оставить!»

Девочки посмеялись, а меня словно громом поразило. Так вот с кем я провела ночь! И теперь понятно, почему мне явились в чужом облике – недаром бабка сказала «глаза отведет»! Видно, сама русалка в своем истинном обличии слишком ужасна, вот и показывает кого-то вместо себя.

С той поры прошло уже немало времени, но от воспоминания о той ночи меня до сих пор бросает в жар.

Е.Ш.

Чупакабра!

Уважаемая редакция! Прошлым летом я купила вашу газету перед самой поездкой во Львов, и представьте себе мою реакцию, когда я прочитала, что как раз во Львовской и Волынской областях кто-то умерщвляет домашний скот. Если раньше я еще сомневалась – ехать или не ехать, то теперь все сомнения отпали. Конечно же, еду туда, искать следы этого монстра!

В селах Украины люди в основном живут своим хозяйством: почти в каждом доме держат кур, гусей, уток, коз, овец, кроликов и даже коров. Раньше там и слово такое – чупакабра – не слыхивали, зато теперь его, наверное, знает вся Украина. Многие местные газеты писали о налетах этого монстра. Стоило мне на Украине развернуть русскоязычную газету, как на глаза мгновенно попалась статья: в нескольких селах чупакабра снова расправилась со скотом и птицей. В одном селе нашли среды трех монстров, в другом – двух, а в третьем следов не было вообще, но впервые чупакабра задушила трех овец. Раньше монстры пили кровь лишь у кур, уток и кроликов.

В одном из сел Стрыйского района, у подножья Карпатских гор, живет моя подруга Света. К ней я и отправилась погостить и сразу же пристала с расспросами о чупакабре. Оказалось, чупакабра приходила и к ним в село, пила кровь кур и кроликов, у кого-то, говорили, даже задушила овцу.

Среди ночи я неожиданно проснулась. В моей спаленке окошко выходило на угол сельского кладбища. В той стороне темным-темно: рядом с кладбищем кукурузное поле и густой лес, ни единого огонька. И вдруг вдалеке за кукурузным полем, со стороны кладбища, я различаю два слабых приближающихся огонька. Они словно плывут к селу: сначала по кладбищу, потом теряются в кукурузном поле... «Кто-то с фонариком бродит», - подумала я и снова улеглась спать.

А утром пришла *новость: чупакабра снова приходила*, убила с десяток кур у Ганны Шкиленко! Тут я не выдержала и бросилась к месту ночной резни. Дом Шкиленко находится как раз возле кукурузного поля. Ганна охотно показывает всем желающим трупики птицы в курятнике. Оказалось, что сарай был заперт, но «чупа» вырвала щеколду и влезла в него. Сами хозяева спали крепким сном, ничего не слышали, даже собаки не лаяли. Теперь уже никто не смог бы разубедить меня, что ночью я видела именно двух чупакабр, направляющихся к дому Шкиленко на охоту.

Погостив у Светы, я поехала во Львов к своему другу Мирославу. Я рассказала о своих карпатских приключениях, и меня успокоили: во Львове никто не держит скотину, никакие чупакабры никому не грозят. Все улеглись спать, а мне отчего-то не спалось: я сидела у окна и смотрела на ночной город. Дом Мирослава стоит на верхушке горы, по крутому склону которой растут фруктовые деревья, внизу у подножья горы – снова дома... Горящих фонарей в темном городе достаточно, но мой взгляд нашел темное пятно – склон горы в зарослях деревьев. И тут я увидела, что по крутому склону ползут те же два огонька, что и в карпатском селе. Что за наваждение? Что тут делать чупакабре, на кого охотиться?

И тут меня осенило. Я вспомнила, как читала, что в Латинской Америке «чупа» набрасывалась и на людей! Я снова глянула в окно – горящие огоньки растворились за гаражами. Всяких бездомных пьяниц во Львове уйма – кто их считает и интересуется их судьбой? Может, «чупа» ими не брезгует? Утром Мирослав только посмеялся над моими ночными страхами. А вскоре стало известно, что без следа пропали люди...

Людмила МЫСОВА.
Навашино

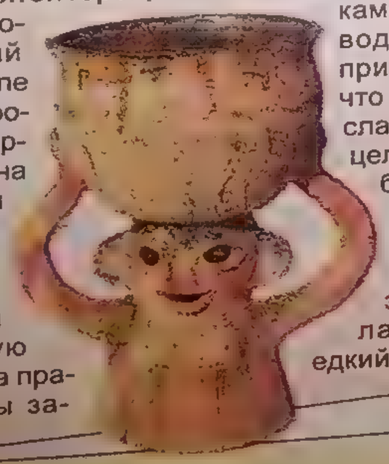
Чаша с «живой» водой

Уважаемая редакция! Многие из нас наверняка слышали в детстве сказки о мертвой и живой воде: первая затягивает любые раны, а вторая оживляет. Вот только где находятся эти чудодейственные источники, никто не знает.

Про живую воду я и сам ничего не слышал, а вот вода, заживляющая раны, у нас в районе есть, и находится она на горе Синюха. Эта гора, как и находящиеся рядом озеро Моховое и скала Очаровательная, с давних пор была местом религиозного поклонения народов, живших когда-то в Сибири. Когда в тот край пришло христианство, Синюха так и не утратила своего былого значения. Ее объявили святой горой, а на вершине ее установили православный крест. Ежегодно после праздника Святой Троицы верующие совершали восхождение на высоту две тысячи метров, где и проходил молебен.

В годы Советов крест с горы сбросили, сельскую церковь разорили, а православные обряды запретили. И лишь в середине девяностых старую традицию решили возобновить. Служители приходов Рубцовской епархии вместе с большой группой верующих, как в старые времена, поднялись на Синюху и вновь поставили на ее вершине православный крест. Среди тех людей были и мой отец с моей старшей сестрой.

Поднявшись наверх, многие прихожане стали искать некую «священную чашу». Заинтригованный отец пошел вслед за ними и увидел чудо природы: в большом валуне с плоской вершиной было сделано углубление диаметром около метра и глубиной сантиметров сорок правильной округлой формы. На дне каменной чаши стояла вода. По разговорам прихожан отец понял, что вода из этой чаши славиться тем, что исцеляет чуть ли не все болезни.



Отцу в своей работе частенько случалось использовать кварцевую лампу, полимеры и едкий натр. Работать зачастую приходилось без перчаток, и поэтому тыльные стороны его ладоней были покрыты многочисленными маленькими ранками. Отец ради интереса опустил в воду руки и сразу почувствовал, словно сотни маленьких иголочек вонзились в его кожу. Отец вытерпел несколько минут и вынул руки из воды. Представьте его удивление, когда уже при спуске с горы он увидел, что ранки затянулись тонким слоем кожи! После этой истории он еще почти год работал с едкими препаратами, но кожа полностью восстановилась и больше не трескалась.

А недавно его знакомые, тоже побывавшие на Синюхе, рассказали, что вычерпали чашу до дна, насухо вытерли ее и собственными глазами увидели, как она сама по себе наполняется. На стенках каменной чаши появляются маленькие капли воды, они становятся все больше и больше, а затем скатываются на дно до тех пор, пока чаша заново не наполнится.

Николай ТУРУЛИН,
с. Курья, Алтайский край

Отпуск по звездам

ПОДСКАЗКИ ИЗ КОСМОСА

Долгожданное лето надо провести так, чтобы потом непременно было что вспомнить!

Ведь именно светлые, радостные летние воспоминания в течение длинной зимы согревают нас и дарят ощущение полнокровной жизни. Как достичь заветной цели летом 2010 года? Возможно, вам помогут советы космоса.

Овен

В этом году наилучшим местом отдыха будут любые озерные побережья Земли, которые вам только по вкусу и по карману. От морских же купаний нынче лучше воздержаться - выбирайте водоемы с пресной или в крайнем случае с минерализованной водой. Кстати, о ней и сопутствующей пользе. Один из наиболее интересных вариантов отдыха-посещение бальнеологических курортов российского Кавказа и Восточной Европы, где вы сможете не только хорошенько отдохнуть, но и всесторонне укрепить здоровье.

Тем же, кто всему предпочитает активный отдых, космос рекомендует оседлать велосипед и совершить незабываемое путешествие в компании единомышленников (*а если они еще и родственники по совместительству, так это вовсе идеально*).

Оптимальные сроки отпуска - ***с 23 июля по 15 августа.***

Телец

Дом, милый дом... Вряд ли будет что-либо лучше и желаннее для вас во время отпуска, чем спрятаться от повседневной суеты и забот в стенах родной крепости (или на фазенде). Но если поступит приглашение в эти же дни погостить у родственников - соглашайтесь непременно! В окружении любимых людей, поэтому шансы отдохнуть самым качественным образом чрезвычайно высоки именно в тех, удаленных от цивилизации и ее сомнительных благ краях.

Лучше всего отдыхать сейчас в компании с другом или со своей драгоценной половинкой - словом, с людьми, понимающими вас без лишних объяснений.

Отправляться на отдых в гордом одиночестве или же ждать компанию - дилемма, но сейчас следует побыть эгоистом и ориентироваться только на собственные потребности. Все равно компаньон из вас сейчас, извините, никакой.

Оптимальные сроки отпуска - **с 10 августа по 20 сентября.**

Стрелец

Сразу оговоримся, что дача этим летом в качестве смены обстановки вам не подходит. Оптимальным вариантом представляется поездка в ближнее зарубежье, поэтому обратите внимание на сопредельные с нашей страной государства и те варианты активного и пассивного отдыха, которые предлагают тамошние турфирмы.

В идеале следовало бы совместить познавательный тур с возможностью просто отлежаться-отоспаться в тишине и комфорте. Ну и конечно, для полноты ощущений вам просто необходимо присутствие рядом близких и родных людей. Так что соблазняйте своими идеями любимых - и в добрый вам час!

Оптимальные сроки отпуска - **с 1 июля по 15 августа.**

Козерог

Поступать «не как все» - одна из отличительных черт Козерогов. Поэтому предлагаю вам всерьез задуматься над предложением космоса направить свои стопы в обратную от юга сторону. Мягкая и в то же время величественная природа Севера вызовет в вашей душе самый живой отклик. По нетоптаным туристическим маршрутам ходят там весьма созвучные вам люди, поэтому шансы отдохнуть самым качественным образом чрезвычайно высоки именно в тех, удаленных от цивилизации и ее сомнительных благ краях.

Лучше всего отдыхать сейчас в компании с другом или со своей драгоценной половинкой - словом, с людьми, понимающими вас без лишних объяснений.

Оптимальные сроки отпуска - **с 23 июля по 15 августа.**

Телец

Дом, милый дом... Вряд ли будет что-либо лучше и желаннее для вас во время отпуска, чем спрятаться от повседневной суеты и забот в стенах родной крепости (или на фазенде). Но если поступит приглашение в эти же дни погостить у родственников - соглашайтесь непременно! В окружении близких людей вы сможете отдохнуть не только телом, но и душой, что в наши времена так же важно, как и физическая разгрузка.

Что бы вы в итоге ни выбрали, старайтесь во время отдыха как можно больше времени проводить у проточной воды и среди деревьев: прогулки, рыбалка и тихая охота - походы за ягодами-грибами. Да, и чем меньше посторонних при этом будет рядом, тем лучше.

Оптимальные сроки отпуска - **с 22 по 31 августа.**

Близнецы

Основной принцип предстоящего отпуска - разнообразие! Обосноваться в каюте белоснежного лайнера, поудобнее устроиться в седле или вольготно расположиться за рулем мчащего по широкой дороге автомобиля... Мечты, скажете? А вот и нет! Это вполне вероятная реальность вашего летнего отпуска, из которого вы вернетесь полными впечатлений и сил для новых трудовых свершений.

В общем, пароходный круиз, совмещенный с познавательными автомобильными и конными экскурсиями, - такова нынче настоятельная рекомендация космоса. При этом имейте в виду: лучше всего отправляться в такие поездки не с шумной толпой друзей, а в тихой и уютной компании самых дорогих и близких вам людей.

Оптимальные сроки отпуска - **с 22 августа по 20 сентября.**

Рак

Лесная турбаза в удаленном от цивилизации уголке природы - именно то, что нужно! И пусть вас не волнует судьба посадок на фазенде - ничего с ними за время вашего отсутствия не случится, особенно если заранее договориться с родственниками или соседями - пусть присмотрят за вашим огородом.

Лучше всего отдыхать в компании своей второй половинки или с детьми: именно это сочетание - удаленность от городов и тесный семейный круг - подарит ощущение полноценного отдыха.

Впрочем, столь же основательно удастся отдохнуть и любителям морских курортов, особенно если подгадать дни отпуска под бархатный сезон. К вашим услугам на этот период все теплые моря планеты.

Оптимальные сроки отпуска - **с 1 по 30 сентября.**

Для Льва оптимальные сроки отпуска с 22 августа по 21 сентября.

Лев

Информационно насыщенный экскурсионный тур с последующим отдыхом на курорте - вот оптимальный вариант проведения отпуска для вас и вашего верного спутника (большая компания нежелательна).

Посвятите первую часть отпуска осмотру достопримечательностей и походам по сувенирным лавочкам, а вторую - благоденствию в уюте и комфорте.

При этом не имеет значения, за рубежом вы будете проводить отпускные дни или в родной стране - указанный вариант вполне осуществим везде при условии заранее спланированного маршрута. Так что советую не проявлять излишней самостоятельности: лучше всего обратиться к туроператору или в турфирму, где вам помогут просчитать наиболее удобное для вас путешествие.

Оптимальные **сроки - с 22 августа по 21 сентября.**

Дева

К вашему идеалу - отдыху на лоне девственной природы - вы можете приблизиться этим летом, если отправитесь в сторону, противоположную общим туристическим потокам. Все на море? А вы - в горы!

Тем, кто стремится к тишине, сейчас более всего подойдет уютное уединение на какой-либо горной турбазе - именно там ваша душа сможет сбросить груз повседневных забот. Да-да, передышка сейчас прежде всего требуется ей - если отдохнет душа, то и тело ощутит прилив энергии.

Любителям активного отдыха космос предлагает те же горы, но со всеми атрибутами классического похода: рюкзаки, ночевки в палатках, песни у костра под гитару в обнимку с любимым человеком.

Оптимальные сроки отпуска - **с 1 по 21 августа.**

Весы

К морю, к морю! Только туда, к вечно юной стихии Воды, к солнцу, воздуху и - к любви... Да-да, кроме отдыха, вы получите этим летом, у самого синего моря, шанс исправить перекосы в личной жизни. Берите с собой своего ненаглядного (ненаглядную) - и езжайте к морю, оно залечит любые раны в отношениях. Или поможет окончательно определиться с выбором дальнейшего жизненного пути.

С тем же успехом вы можете обрести на курорте и новые знакомства, одно из которых непременно перерастет в нечто большее, чем банальный флирт. Так что запасайтесь соблазнительными купальниками и привлекательными плавками, а также загодя посетите солярий, чтобы приехать к морю во всеоружии своего обаяния.

Оптимальные сроки отпуска - **с 15 августа по 15 сентября.**

Скорпион

Нынче космос рекомендует вам проверить на точность принцип «Восток - дело тонкое». Обратите внимание на восточные туристические направления - именно там вас ждут удивительные открытия и незабываемые впечатления, которые столь необходимы вам сейчас, чтобы привести в порядок утомленное тело и расшатавшуюся за год нервную систему.

Денег на путешествие не жа-

Когда и где лучше всего отдохнуть этим летом?

и в то же время величественная природа Севера вызовет в вашей душе самый живой отклик. По нетоптаным туристическим маршрутам ходят там весьма созвучные вам люди, поэтому шансы отдохнуть самым качественным образом чрезвычайно высоки именно в тех, удаленных от цивилизации и ее сомнительных благ краях.

Лучше всего отдыхать сейчас в компании с другом или со своей драгоценной половинкой - словом, с людьми, понимающими вас без лишних объяснений.

Оптимальные сроки отпуска - **с 1 августа по 10 сентября.**

Водолей

Выспаться всласть - вот ваша заветная мечта. Что ж, космос согласен, а потому вы со спокойной совестью можете провести законные дни свободы от трудовых свершений под защитой родных хором или на приволье собственных соток.

При этом не мешает знать, что наилучшей релаксации будет способствовать тесное общение с братьями нашими меньшими. Так что чем больше времени вы проведете в компании собак, кошек, птиц, а также лошадей, тем лучше для вашего физического и душевного состояния.

Оптимальные сроки отпуска - **с 1 по 25 августа.**

Рыбы

Тайны минувшего ждут вас и вашего внимания, вашего бесконечного интереса к загадкам и приключениям, а в награду за терпение подарят вам незабываемые впечатления и мощный заряд положительной энергии. Так что запасайтесь путеводителями и картами, разговорниками и навигаторами - все это пригодится вам в странствии в иные пространства и времена.

Лучше всего совершать путешествие на пару с разделяющим ваши увлечения другом или со своей второй половинкой, ведь счастье - это то, чем можно поделиться с любимым, именно к этому всегда стремится ваша душа.

Оптимальные сроки отпуска - **с 22 августа по 21 сентября.**

Из газеты

Оракул

(№ 6, 2010 г.)

Строительный материал
Отверженный обществом
Авиагараж
Печатный... партии
Разведка
Вероятная возможность
Навет
Человеконенавистник
Чаша для причастия
Булка-плетенка
Ягодное деревцо
Веер
Верба
Актриса... Роговцева
Поле с пшеницей
Трава, пряная приправа
Примитивное ударное оружие
Конный экипаж
Пром. предприятие
Болото
Один из подарков золотой рыбки
Местность
Сторонник крайних действий
Зной
Земноводное
Сильный, грубый, невоспитанный
Укрытие бойца
Колыбель
Время в футболе
Жилье
Боевой клич
Партия товара на тортах
Форменная куртка
Бамбуковый медведь
Опережение
Электричество
Автор «Трех мушкетеров»
А. Чехов «... №6»

Составил Ю. ВИНОКУРОВ.

ВЫХОД В СВЕТ

«Морфей» №14

Охотничьи заповеди

Уважаемая редакция! С детских лет отец привил мне любовь к охоте. Он даже вел тетрадь, где были записаны все его трофеи. В этой тетради также были записи заговоров и ритуалов, по-

Божий (ваше имя), благословясь, и пойду перекрестясь. Пойду по матери сырой земле, небом покроюсь, звездами подпояшусь. Как лихой человек не может небо покрыть, не может звезд затушить,

«Морфей» №14

9 июля вышел в свет очередной номер газеты «Морфей»

«КРЫЛАТЫЕ КАЧЕЛИ» - как можно поколдовать во время этой веселой забавы?

«ЗАЩИТА ОТ ВЕДЬМЫ» - наговорите 3 раза на молоко особый заговор...

«КОЛОКОЛЬЧИКИ ДЛЯ СЧАСТЬЯ» - как с их помощью приманить в дом добрых духов?

«ЗА РУЛЕМ ЧУЖОЙ МАШИНЫ» - сновед «Морфея» разгадывает ваши сны.

Читайте в следующем номере газеты «Приключения. Тайны. Чудеса»

«ДЖОКОНДА... В ДЫМУ»

Почему портреты часто сводят в могилу и художника, и натурщика?

«С ЧЕМ СТОЛКНУЛСЯ «ТОМОХОД» «УРСКА»»

Неужели мировой океан давно обжит... и не нами?

«НЕ ДЕЛАЙТЕ ИЗ МЕНЯ ВЕДЬМУ»

Как академик с мировым именем позволяла себе заглядывать в «зазеркалье»?

«ЗА ПОРОГОМ СМЕРТИ»

Что там - вечность или пустота?

Охотничьи заповеди

Уважаемая редакция! С детских лет отец привил мне любовь к охоте. Он даже вел тетрадь, где были записаны все его трофеи. В этой тетради также были записи заговоров и ритуалов, помогающих охотнику. Но когда мы переезжали, тетрадь потерялась...

Виталий, Ярославская область.

Главный атрибут охотника, это, несомненно, ружье. Без него никуда! Погрой за очередной промах охотник говорит сам себе:«Ружье подвело» - и, опустив голову, отправляется домой ни с чем.

Так вот, чтобы ружье вас не подводило, его нужно заговорить. А сделать это можно так. Нарубите еловых дров и разожгите из них костер. Когда огонь прогорит и на его месте останутся лишь тлеющие угольки, насыпьте на них высушенный и измельченный зверобой или чертополох. Если вы с лета не запаслись колдовскими травами, то их можно заменить на высушенные еловые иглы.

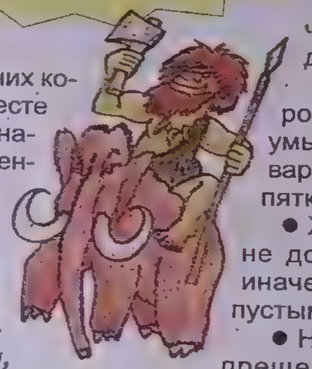
Итак, когда от трав пойдет дым, подставьте под него ружье и скажите вслух 9 раз заговор: ***«Лисы, волки, соболята, белки, тетерева, зайчата, не укрывайтесь под кустами, за высокими холмами. Вам по лесу не блуждать, а на мое ружье бежать. Раз стрельну - двоих убью, два стрельну - троих возьму. Да будет так!»***

Также ваше ружье могут быть сглазить ваши товарищи по охоте. Даже маленькая зависть может привести к неприятным последствиям: то осечки ружье давать будет, то сломается, а то совсем удача отвернуться может.

Чтобы этого избежать, протрите ружье святой водой, сказав 3 раза: ***«Стану я, раб Божий (ваше имя), благословясь, и пойду перекрестясь. Пойду по матери сырой земле, небом покроюсь, звездами подпояшусь. Как лихой человек не может небо покрыть, не может звезд затушить, так не сможет он на ружье мое верное сглаз навести, порчу наслать, проклятья послать. Во имя Отца, и Сына, и Святого Духа. Аминь».***

Охотники, как и многие другие люди, народ суеверный. У них имеются свои приметы, выполнение которых считается необходимым.

Как заговорить ружье на удачу?



- Собираясь на охоту, ни в коем случае нельзя говорить о добычи, иначе удачи не будет.
- Также не ждите удачи, если, идя на охоту, вам дорогу перебежал заяц.
- Чтобы добыча была хорошая, перед охотой нельзя умываться, ни с кем не разговаривать, а носки нужно надеть пятками наперед.
- Хозяйка после ухода мужа не должна подметать в доме, иначе охотник придет домой с пустыми руками.
- На охоте категорически запрещено умываться, чтобы не смыть с себя удачу.
- Если на охоте вы развели костер, то обязательно нужно окурить себя дымом. Считается, что дым перебивает человеческий запах, которого боятся животные.
- В костер головешки кидают тем же концом, каким они и горели до этого. В противном случае вся охота обернется неудачей.
- Чтобы не сглазили удачливого охотника, возвращаясь домой с добычей, на нее трижды читают заговор: ***«Пусть на моего зверя-птицу, огнем добытого, никто не мог злом подумать, завистью позавидовать, удачу отнять. Именно».***

Рекламное агентство
Телефон (831)434-88-20, **факс** (831) 434-88-22
e-mail: reclama@gmi.ru
За достоверность рекламной информации ответственность несет рекламодатель

Служба продаж
Телефоны (831) 275-98-68, 275-97-53, 275-97-54,
e-mail: sales@gmi.ru

Служба экспедирования и перевозок
Телефон (831) 434-90-44, **e-mail:** dostavka@gmi.ru

Июль 2010 г.

Подписные индексы 40853, 16548
Главный редактор В.И. УРУСОВА, **телефон** (831) 432-98-13
Учредитель ЗАО «Издательство «Газетный мир»
Издатель ЗАО «Издательство «Газетный мир»
Адрес издателя и редакции:
603126, Н.Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1 **www.gmi.ru**

Газета зарегистрирована Министерством РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ №77-14431 от 20 января 2003 г

Подписано в печать 1 июля 2010 г. в 16 часов (по графику - в 16 часов)
Дата выхода в свет 13 июля 2010 г.
Тираж 105 558 экз. Заказ № 2813.
Цена договорная.

Отпечатано в ЗАО «Прайм Принт Нижний Новгород»,
603600, Н.Новгород, ул. Литвинова, 74

Распространение в Республике Беларусь ООО «Арго-НН». Адрес: 220030, г. Минск, ул. К.Маркса, д.15, офис 313, тел. 328-68-46. Подписной индекс РУП «Белпочта» 40853

Газета распространяется в городах: **Абакан, Архангельск, Балаково, Барнаул, Белгород, Братск, Брянск, Волгоград, Волгодонск, Вологда, Иваново, Ижевск, Йошкар-Ола, Калининград, Киров, Курган, Мурманск, Нальчик, Нарьян-Мар, Нижний Тагил, Оренбург, Орел, Петрозаводск, Пермь, Псков, Пятигорск, Ростов-на-Дону, Рязань, Саратов, Северодвинск, Ставрополь, Сургут, Тамбов, Чебоксары, Новочебоксарск, Владимир, Ухта, Чита, Элиста, Ярославль**

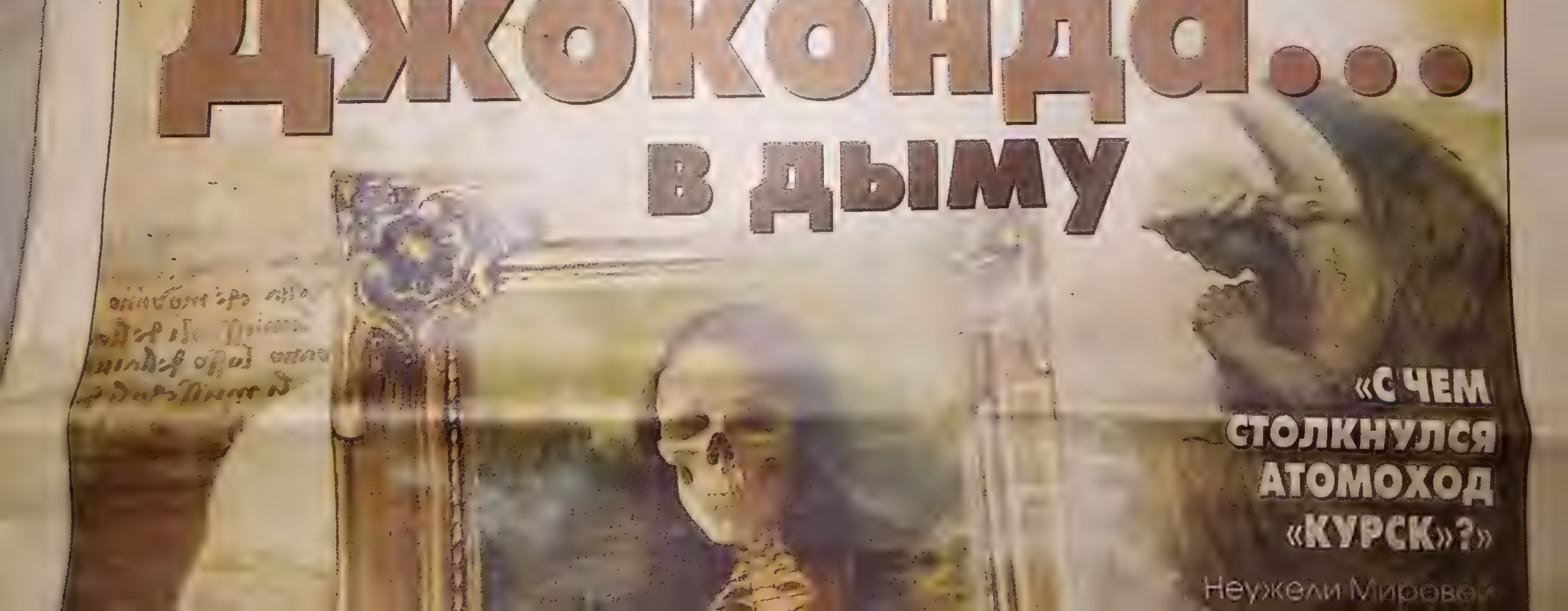
ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТАЙНЫ ЧУДЕСА

ПОКА МЫ ВЕРИМ В ЧУДО, МЫ ЖИВЕМ

№15
(375)

✳ 2010 г. ✳

Джоконда... в дыму



«С ЧЕМ СТОЛКНУЛСЯ АТОМОХОД «КУРСК»?»

Неужели Мировой

«С ЧЕМ СТОЛКНУЛСЯ АТОМОХОД «КУРСК»?»

Неужели Мировой океан давно обжит... и не нами?

8

«НЕ ДЕЛАЙТЕ ИЗ МЕНЯ ВЕДЬМУ»

Как академик с мировым именем позволяла себе заглядывать в «зазеркалье»?

7

Почему портреты часто сводят в могилу и художника, и натурщика?

Стр. 4

ПОТОРОПИТЕСЬ!

Только до 31 августа можно оформить подписку
на 1-е полугодие 2011 года по ценам 2-го полугодия 2010 года.
Подписной индекс по каталогу «Почта России» **16548**

10015
4 607074 331106

КАК НА ДУХУ

Не делайте из меня ведьму

Наталья Петровна Бехтерева - нейрофизиолог с мировым именем, академик, руководитель Института мозга в Санкт-Петербурге - видела то, что другим видеть было не дано.

Она позволяла себе заглядывать в «Зазеркалье» и рассуждала о жизни после смерти, изменённом состоянии сознания, Боге и потусторонних мирах.

Как академик с мировым именем позволяла себе заглядывать в «Зазеркалье»?

Против течения

В научной среде отношение к Бехтеревой всегда было неоднозначным. Она не считала нужным скрывать свои взгляды и еще при советской власти смело говорила о том, что среди ученых вслух не принято было обсуждать. Недоброжелатели выдвигали против нее обвинения в шарлатанстве и лженауке, в ведьмачестве, в «толерантном отношении к мистике» и «некорректно поставленных экспериментах по экстрасенсорике».

Нельзя сказать, что ее это совсем не задевало, конечно, задевало, но она и правда видела то, что другим не дано было разглядеть. Только при этом постоянно повторяла: «Не надо делать из меня ведьму или ясновидящую!»

Такая наследственность

Дед Натальи Петровны - знаменитый невролог Владимир Михайлович Бехтерев, основатель российской школы неврологии, психиатрии и психологии, - много сделал для советской науки, но оказался неугоден властям. Ходили слухи, будто ему подсунули отравленные консервы. Незадолго до смерти, наступившей 24 дека-

Во взрослую жизнь Наталья вступала самостоятельно. Будучи уже знаменитым ученым, она не раз спрашивала себя: «Не свершись в моей судьбе такая драма, стала бы я тем, кем стала?» Бехтерева любила ставить острые вопросы. Ответы на них порой заводили ее в такие дебри, куда не полез бы ни один добропорядочный ученый.

Феномен Ванги

Бехтерева много слышала о феномене Ванги из болгарско-

Будущее среди нас

Бехтерева и сама обладала необычными способностями. Например, ей постоянно снились вещие сны. Так произошло накануне смерти матери, хотя, казалось бы, ничто не предвещало беды. Мать, немолодая, но вполне здоровая женщина, отдыхала на юге. Там у нее все было хорошо, о чем она письмом известила дочь. Как-то днем Наталья Петровна прилегла вздремнуть и увидела во сне почтальона с телеграммой, в которой сообщалось, что мама умерла. Во сне Бехтерева поехала на похороны, встретила там людей, которых раньше никогда не видела.

Когда она проснулась и рассказала мужу сон, он ответил: «Неужели ты, специалист в области мозга, веришь снам?» И Наталья Петровна постаралась прогнать дурные мысли. «А дней через десять все произошло именно так, как было во сне. Причем до мельчайших подробностей. Например, я уже давным-давно забыла слово «сельсовет», оно мне просто никогда не было нужно. Во сне же я искала сельсовет, и наяву мне пришлось его искать - вот такая история», - вспоминала Наталья Петровна.

Именно тогда она пришла к довольно странному для ученого выводу: будущее существует уже сегодня и мы можем увидеть его. Как это происходит? По ее мнению, человек входит в контакт с высшим разумом, или с Богом, и получает нужную информацию, только дано это далеко не каждому. Бехтеревой повезло: она смогла заглянуть в «Зазеркалье». Хотя не раз признавалась друзьям и коллегам, что в другое время подобное любопытство стоило бы ей жизни.

менитый невролог Владимир Михайлович Бехтерев, основатель российской школы неврологии, психиатрии и психологии, - много сделал для советской науки, но оказался неугоден властям. Ходили слухи, будто ему подсунули отравленные консервы. Незадолго до смерти, наступившей 24 декабря 1927 года, ученый консультировал Сталина. Диагноз, который Бехтерев поставил вождю народов, звучал как приговор - паранойя. Наталья Петровна, правда,эту версию отвергала. По ее мнению, власть не простила деду другого диагноза - он обнаружил у Ленина сифилис мозга. В любом случае Владимир Михайлович был смелым человеком, за что и поплатился. Когда он умер, Наташе шел четвертый год.

Эта смерть стала первой в череде трагедий, обрушившихся на семью. В 1937 году отца, инженера Петра Бехтерева, посадили, а мать, врача Зинаиду Бехтереву, отправили в мордовские лагеря. Тринадцатилетняя Наталья осталась сиротой. Девочке с утонченными манерами и знанием нескольких иностранных языков пришлось привыкать к детскому дому. Но трагедия состояла не в утрате привычных благ, а в потере родителей. Отца она больше никогда не видела - в 38-м его расстреляли, а мать вместо положенных пяти лет отсидела восемь.

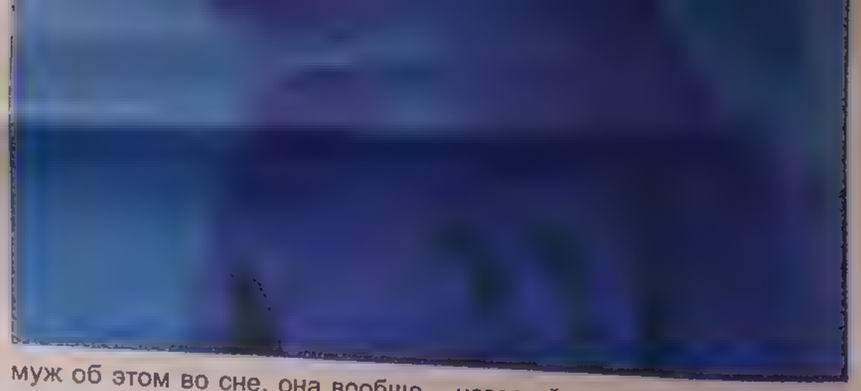
«В Средневековье за это меня бы точно укокошили».

Феномен Ванги

Бехтерева много слышала о феномене Ванги из болгарского города Петрич. Поначалу ко всем свидетельствам очевидцев она относилась критически. Как и многие, склонялась к мысли, что у пророчицы есть целый штат осведомителей, наводящих справки о каждом ее госте. Но любопытство взяло верх, и Наталья Петровна посетила незрячую вещунью. Сказать, что эта встреча потрясла ее, значит не сказать ничего. Ванга поведала Бехтеревой такие подробности из ее жизни, которые могла знать только сама Наталья Петровна и больше никто...

Бехтерева любила ставить острые вопросы. Ответы на них порой заводили ее в такие дебри, куда не полез бы ни один добропорядочный ученый.

Через несколько лет исполнилось самое страшное пророчество Ванги - смерть любимого мужа: Иван Ильич Каштелян не смог пережить самоубийство своего сына от первого брака Алика и скончался в ту же ночь. А спустя время Бехтеревой приснился сон, которому она не могла найти объяснение. Покойный супруг просил ее помочь в издании рукописи его книги, которую она никогда не читала. Более того - не сообщи ей



муж об этом во сне, она вообще не узнала бы о рукописи!..

«Это был не первый подобный опыт в моей жизни - перед арестом отца в 1937 году я тоже видела сон, затем отразившийся в реальности, - вспоминала Бехтерева. - Но здесь я впервые задумалась о происходящем всерьез. Разумеется, эта новая реальность пугала».

Встреча с покойным

Между тем эта «новая реальность» настойчиво рвалась в жизнь Бехтеревой. Когда в очередной раз она предстала перед Вангой, та сказала: «Знаю, Наташа, что много страдала... Много переживала... И боль на сердце и в душе еще не утихла... А хочешь увидеть своего умершего мужа?..» Наталья Петровна согласилась, хотя в душе не поверила, что такое возможно. Но это произошло. Свидетелем встречи стала сотрудница ученого и ее близкая подруга Раиса Васильевна Вольская, жившая вместе с Бехтеревой.

Вот как Наталья Петровна описывает эту встречу: «За занавеской на окне, выходящем во двор-сад, стоит банка с водой. Я протягиваю за ней руку, слегка отодвигая занавеску, и рассеянно гляжу вниз. С моего третьего этажа во двор-сад нашего дома. Сойдя с поребрика, прямо на тающем снегу стоит странно одетый человек и глаза в глаза смотрит на меня. Я знаю его даже слишком хорошо, но этого просто не может быть. Никогда. Я иду на кухню, где сию минуту должна быть Р. В., и, встретив ее на полдороге, прошу посмотреть в окно спальни... Я впервые в жизни увидела лицо живого человека действительно белое как полотно. Это было лицо бежавшей ко мне Р. В. «Наталья Петровна! Да это ОН там стоит! Он пошел в сторону гаража, знаете, этой своей характерной походкой... Неужели вы его не узнали?» В том-то и дело, что узнала, но в полном смысле слова не поверила своим глазам. Если бы все это происходило со мной одной... можно было бы трактовать все это как галлюцинацию на фоне моего измененного сознания (было бы из-за чего). А Раиса Васильевна?..»

Именно тогда она пришла к довольно странному для ученого выводу: будущее существует уже сегодня и мы можем увидеть его. Как это происходит? По ее мнению, человек входит в контакт с высшим разумом, или с Богом, и получает нужную информацию. Только дано это далеко не каждому. Бехтеревой повезло: она смогла заглянуть в «Зазеркалье». Хотя не раз признавалась друзьям и коллегам, что в другое время подобное любопытство стоило бы ей жизни.

«Я подозреваю, что меня сожгли бы как ведьму. Потому что у меня есть черты, за которые можно сжечь. Например, я могу ответить человеку на его мысль. Очень редко. Но делать этого все равно нельзя. А в Средневековье за это меня бы точно укокошили», - смеясь, признавалась она. Но она прожила большую жизнь - 84 года. 22 июня исполнилось два года со дня ее смерти...

«Мозг - это Вселенная в черепной коробке»

Всю жизнь Наталья Петровна Бехтерева исследовала человеческий мозг. «Мозг - это Вселенная в черепной коробке» - такую формулу вывела Бехтерева. Казалось, ученый знала об этом органе все, но сама она признавалась: «Если кто-нибудь когда-нибудь мне скажет, что я больше всех знаю о мозге, то дай мне Бог силы не поверить в это».

Из газеты «Ступени Оракула» (№11, 2010 г.)

Странная смерть фотомоделей

НАПАСТЬ

Британская фотомодель умерла странной смертью после съемок в фильме о паранормальных явлениях.

Британская фотомодель Хейли Крук была найдена мертвой в Лондоне в доме своих родителей. Девушка умерла за неделю до своего 24-летия при непонятных обстоятельствах.

Тело модели утром 17 июня обнаружила ее мать. Она заглянула в комнату, в которой Крук жила вместе со своим женихом. Дочь лежала в кровати так, будто просто спала. Не добудившись ее, Дебора Крук вызвала врачей. Медики, приехавшие на место трагедии, констатировали смерть девушки.

С тех пор прошло больше месяца, но полицейские разводят руками: они не знают, что стало причиной смерти модели. Каких-либо зацепок не удалось получить даже в результате вскрытия. Друзья отмечают, что незадолго до смерти девушка снялась в телевизионном документальном фильме о паранормальных явлениях.

Хейли Крук окончила The London Studio Centre и являлась бакалавром в области искусств. Она умела играть на кларнете и фортепиано. Девушка выступала в театральных постановках, танцевала в клубах.

Как модель она стала известна благодаря рекламным роликам Wella. Крук появлялась на подиумах, демонстрируя одежду марки Miss Sixty и нижнее белье фирмы Ann Summers.

Смерть Хейли Крук не первая в мире высокой моды. Недавно манекенщик Том Никон умер, выпав из окна. Это случилось за сутки до начала Недели высокой моды в Милане. Он стал восьмым из погибших представителей этой профессии в течение последних двух лет. Только в этом году покончили с собой Амброз Олсен и Лина Маруланда.

В июне 2008 года тело русской модели Руслана Коршуновой было обнаружено под окнами ее квартиры, располагавшейся на девятом этаже на Уотер-стрит. Осматривая жилище, полицейские не нашли никаких следов борьбы, из чего сделали вывод о том, что девушка решила покончить жизнь самоубийством, выбросившись с балкона.

www.paranormal-news.ru

Вещий сон не уберег россиянок от жуткой автокатастрофы в Турции...

Ангелы... над пропастью

ОТТУДА

Голоса из загробной жизни

Однажды вечером поздним летом 1959 года Фридрих Джаргенсон, продюсер из Швеции, решил записать на пленку голоса птиц в своем саду на вилле в Молво, около Стокгольма.

Большой любитель птиц, Джаргенсон всегда так поступал в свободное время. На этот раз, однако, запись получилась странной. Когда швед поставил ее на магнитофон, он с удивлением услышал на фоне естественных звуков природы голос мужчины. Он был четко слышен: мужчина, казалось, читал лекцию, иронизируя на тему орнитологии; еще более любопытным был тот факт, что говорил он не на шведском, а на норвежском языке.

Так как было совершенно ясно, что в саду во время записи никого не было, Фридрих Джаргенсон решил, что это потусторонний голос. Он начал экспериментировать с радиоприемником, изменяя частоту волн. Сначала потусторонние голоса произносили отдельные слова, но скоро Джаргенсон начал понимать целые предложения, в которых голоса рассказывали о загробной жизни, обращаясь прямо к нему или отвечая на вопросы. А иногда даже обсуждали их контакт. Наконец, в декабре швед получил послание, которое, без всяких сомнений, передал действительно умерший человек.

Есть прибор, который позволяет общаться с умершими

сатель Питер Бандер, специализирующийся на паранормальных явлениях, уговорил издателя Колина Смита предпринять серию экспериментов на студии «Пай рекордс» в Лондоне. Используя диодный метод Джаргенсона, Бандер услышал голос своей матери: анализ голоса показал, что он подлинный.

В 1980 году исследователи продемонстрировали пленки, содержащие несколько часов бесед с умершими с помощью прибора, который они называли спириком. Самая потрясающая демонстрация из всех произошла в январе 1983 года, когда немецкий инженер Ганс Отто Кениг показал свой прибор, так называемый генератор, перед собравшимися членами Немецкой ассоциации по изучению феномена электрических голосов в Фалдере, пригороде Франкфурта.

В отличие от других исследователей в этой области Кенигу удалось сконструировать такую машину, с помощью которой можно было общаться с [illegible] напрямую и получать

Ангелы... над пропастью

НЕДОБРЫЙ ЗНАК

За день до автокатастрофы в Турции уральским туристкам приснился вещий сон.

Жительницы Южноуральска - подруги Наталья ЧУМАК и Екатерина ШКУЛЕПА, пострадавшие при крушении автобуса в пригороде турецкой Антальи, изначально не хотели ехать на экскурсию в Памуккале, но гид уговорил их купить путевку именно на тот день, который стал для них роковым. За день до поездки Наталье и Кате приснился практически один и тот же страшный сон. С финалом, как название известного фильма: «Все умрут, а я останусь». Это так изумило подруг, что они о нем многим рассказали. Но пренебрегли советом отказаться от поездки.

Подруги Наталья Чумак и Екатерина Шкулепа собирались вместе провести отпуск на уральской базе отдыха, но неожиданно подвернулась «горящая» путевка в Турцию - всего за 14 тысяч рублей. Для Кати, сотрудницы налоговой инспекции, это была первая поездка за границу.

Ее приятельница, специалист городского отдела архитектуры и строительства, ранее успела посетить Скандинавию и Францию. Родители незамужних красавиц радовались за дочек: восточную страну посмотрят, в море вдоволь накупаются. Сейчас Татьяна Чумак с горечью вспоминает: «Если бы Наташенька прислушалась к вещему сну, приснившемуся ей накануне роковой поездки в Памуккале, была бы цела и невредима».

- С дочкой мы «эсэмэсились» каждый день. Наташа была в восторге от бирюзового турецкого побережья и услужливого персонала, - глотая слезы, говорит Татьяна Фроловна. - Три дня они с Катей провалялись на пляже, и дочка сожалела, что на четвертый им предстоит отправиться на экскурсию.

В переписке с родительницей Чумак-младшая сетовала, что они поторопились в первый же день отдыха оплатить поездку в Памуккале. Дескать, существенно переплатили. В уличных лавках экскурсия стоила дешевле.

Девушки хотели перенести посещение красивой горной местности с ее причудливыми известняковыми террасами, образованными веками стекавшей со склонов водой, обогащенной кальцием, ближе к 28 мая. Однако отельный гид отговорил их, сказав, что в это время в Турцию приедет много туристов из России с ранее оплаченной поездкой в Памуккале и свободных мест в автобусе может не оказаться.

Ей снились искореженные машины на дороге, кричащие от боли раненые люди.

- Днем Наташенька позвонила домой, сначала с ней поговорил муж, а потом я, - продолжает Татьяна Чумак. - Дочка сообщила, что рано утром они с Катюшей поедут смотреть чудо природы, и пожаловалась, мол, предыдущей ночью толком не спала. Ей снились искореженные машины на дороге, кричащие от боли раненые люди. В сновидении они с Катей наблюдали со стороны, как слетевшие с небес ангелы забирали с собой из пропасти всех пострадавших. Татьяна Фроловна была очень удивлена, что той же ночью кружащие над горящей незнакомой местностью ангелы явились во сне и Екатерине.

На завтраке в отеле девушки поделились своими сновидениями с соотечественниками. Те увидели в снах нехороший знак и посоветовали воздержаться от поездки. Заволновалась и мама Наташи, но дочь попросила ее не быть суеверной и напомнила, что в обоих снах с ней и Катей ничего плохого не произошло.

В дорогу девочки собирались нехотя, будто предчувствовали беду. В полчетвертого утра за ними приехал автобус, но подружки проспали и опоздали на десять минут. Водитель их дождался.

- Лучше бы он уехал, - плачет Валентина Шкулепа, мама погибшей 23-летней Екатерины. После трагического известия женщина, у которой, как и у Чумаков, остался еще сын, слегла.

26-летняя Наташа Чумак выжила, по тяжело травмирована.

www.anomalia.kulichki.ru

ли о загробной жизни, обращаясь прямо к нему или отвечая на вопросы. А иногда даже обсуждали их контакт. Наконец, в декабре швед получил послание, которое, без всяких сомнений, передал действительно умерший человек. Его уверенность было достаточно легко объяснить: он узнал голос своей умершей матери.

Любопытство перешло в одержимость, и за несколько месяцев Джаргенсон записал на кассеты множество сигналов с того света. В его коллекции было более сотни голосов, многие из них уверяли, что являются духами мертвых людей. Двенадцать лет спустя, в марте 1971 года, британский пи-

вателей в этой области не

Есть прибор, который позволяет общаться с умершими

удалось сконструировать такую машину, с помощью которой можно было общаться с духами напрямую и получать четкие ответы. Даже наиболее скептически настроенные журналисты, присутствовавшие на конференции, были поражены, так как слышали все своими собственными ушами. К своему изумлению, некоторые присутствовавшие узнали голоса своих близких или родственников, даже были получены послания от бывших исследователей феномена, которые отошли в мир иной.

www.incognita.ru

ТЕНИ

Дух деда-душителя

В трехэтажном доме на ул. Златоустовской, 24, что в Киеве, завелось привидение.

- Прошу детей, чтобы не ходили там, - говорит киевлянин, 37-летний Артем Шостацкий.

Он живет на соседней ул. Воровского, 20. Соглашается встретиться около дома с привидением. В нем выбиты оконные стекла. Входные деревянные двери приоткрыты. Изнутри пахнет плесенью.

- Дом давно подписали к снесению. Туда заходить опасно. Может привалить. Лестницы между этажами попадали. По ночам здесь собираются сатанисты.

Артем работает охранником в одном из столичных ночных клубов.

- В мае возвращался домой в три ночи. Иду мимо дома, а такое впечатление, что кто-то идет за мной и в спину дышит. Оглядываюсь, никого не видно. Только над головой летучая мышь пролетела. Ступаю еще два шага, слышу, как в доме что-то зашумело, зазвенело. Я ноги в руки и домой. Меньший брат Андрей на следующий день в полночь провожал девушку на улицу Черновола. Фонари еще светили. Андрей увидел под домом старого согнутого деда. Пока дошел к нему метров 30, дед растворился в воздухе.

На доме висит ржавая табличка «Володарского».

- Это старое название улицы. В 1985-м ее переименовали в Златоустовскую, но с дома табличку не сняли. Пробовали ее открутить, но она будто вросла в кирпич. Еще моя бабуля рассказывала, что в том доме никто не мог жить после смерти его первого владельца - старого богатого еврея Геннадия. Он умер 30 лет назад. Тело из дома долго не могли вынести. Как только гроб выносили, начинался жуткий ливень. Его дух здесь и поселился. Теперь по ночам отпугивает прохожих. Люди, которые в доме жили, вспоминают, что не могли спокойно спать. Всем снился дед, душивший их за шею.

www.ufolog.ru

ЧЕРНАЯ МЕТКА

Джоконда... в дыму

Как часто, находясь в картинной галерее, мы ловим себя на мысли, что не способны отвести взгляд от того или иного портрета?

Эти таинственные глаза ренуаровских женщин, странные, угловатые лица на портретах Модильяни... Чем дольше разглядываешь их, тем сильнее ощущаешь какое-то особое их воздействие. Будто художник запечатлел не только внешность человека, но и сохранил вместе с ней и самую суть его души.

Тайну творчества постичь невозможно, как и рационально истолковать удивительные и подчас трагические случаи, связывающие искусство и жизнь. Почему скоропостижно умерли жена Рубенса, Изабелла, с которой художник писал почти всех своих мадонн, и натурщица Гойи герцогиня Альба? И отчего Леонардо да Винчи пришлось поплатиться за свое гениальное полотно? Странные, полумистические связи можно проследить и в творчестве великих писателей, например, Чарльза Диккенса, который дописывал свой последний роман уже после смерти.

«Портрет, казалось, был не кончен; но сила кисти была разительна. Женщина, остановившаяся позади его, вскрикнула: «Глядит, глядит!» - и попятилась назад. Какое-то неприятное, непонятное самому себе чувство почувствовал он и поставил портрет на землю». *Это отрывок из повести Гоголя «Портрет». В данном произведении рассказывается о портрете, который*

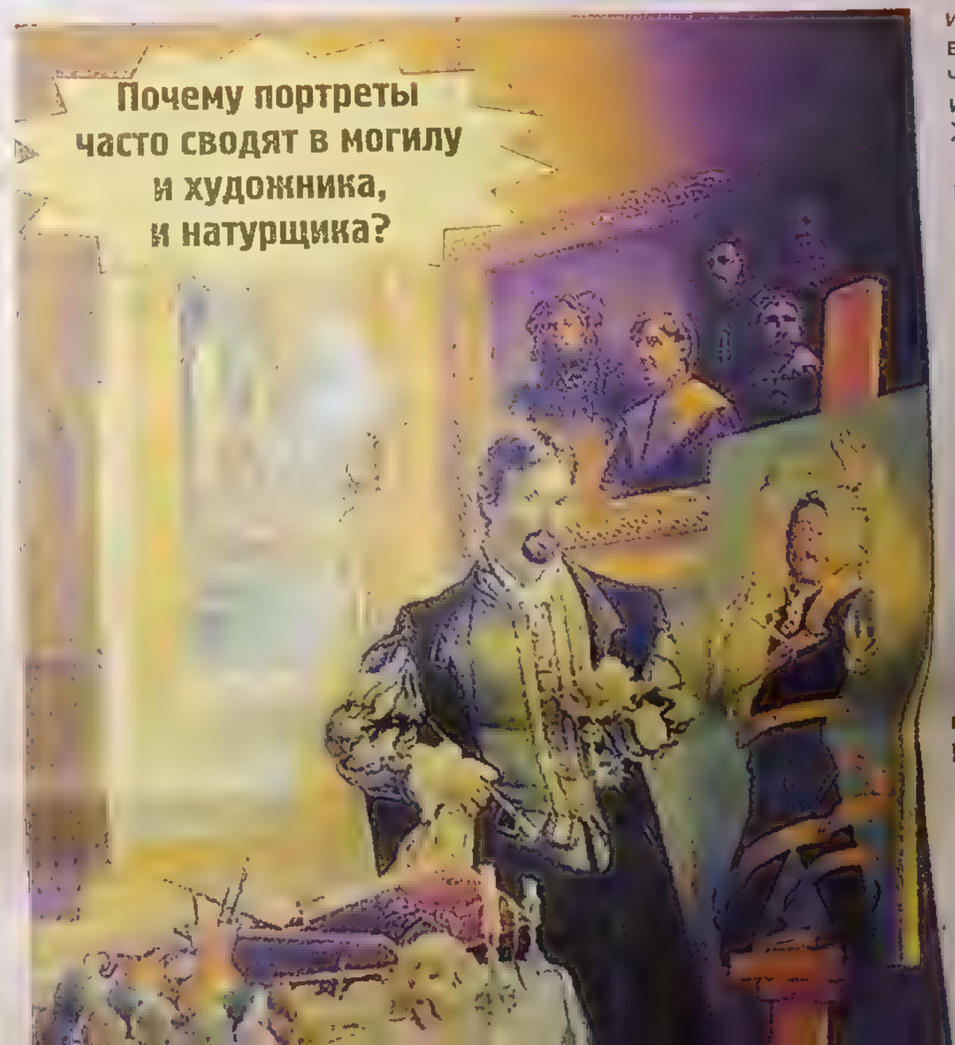
Покончили с собой и две жены Пикассо, чьи портреты также известны всему миру...

через три года после написания первого портрета. Покончили с собой и две жены Пикассо, чьи портреты также известны всему миру...

Не слишком ли много совпадений? В 30 лет от чахотки скончалась жена Рембрандта, Саския, которую великий голландец изобразил на картинах «Даная» и «Флора». Трое детей художника, которых он тоже много рисовал, умерли в младенчестве. Композитор Мусоргский и писатель Гаршин получили свои портреты от Ильи Репина за считанные дни до своей кончины. Роковым стал и портрет премьер-министра Столыпина кисти того же Репина. Как только картина была завершена, Столыпин погиб от смертельного выстрела!

Кому не известен знаменитый портрет графини Марии Лопухиной кисти Владимира Боровиковского? Говорят, что Лопухина умерла через три года после написания портрета без всякой на то видимой причины.

То же самое произошло и с мальчиком Васей, с которого Перов рисовал одного из персонажей картины «Тройка».



моисключающих взгляда на мир соединились в нем с какой-то невероятной, почти божественной легкостью. Ученый и живописец, естествоиспытатель и философ, механик и астроном... Словом, физик и лирик в одном лице.

Незаконнорожденный сын флорентийского нотариуса и крестьянской девушки, имя которой так и осталось неизвестным, с самого детства Леонардо был странным ребенком. К примеру, писал он справа налево, при этом буквы «переворачивал» так, что текст можно было прочитать только с помощью зеркала.

Откуда Леонардо получал уникальные знания, которые невозможно было найти ни в одной из современных ему книг, неизвестно до сих пор. Тем не менее он использовал их как в художественном творчестве, так и в многочисленных изобретениях, многие из которых увидели свет лишь в XX веке.

Среди этих изобретений в первую очередь стоит назвать вертолет, который Леонардо сначала увидел во сне. Несмотря на то, что вертолетом сегодня никого не удивишь, леонардовский летательный аппарат, который был сконструирован только в 2008 году японцами, поражает всех. Есть и другие зашифрованные чертежи и рисунки, над истолкованием которых до сих пор бьются виднейшие ученые.

Загадка «Джоконды» была разгадана в XX веке, правда, лишь отчасти. Великий живописец при написании картин применял *технику сфумато, основанную на принципе рассеяния, отсутствия четких границ между предметами* на полотне. Для того чтобы упражняться, художник специально окуривал дымом помещение, где работал. Окутанные клубами дыма образы потом появлялись на его полотнах. И мерцающая улыбка Моны Лизы является результатом этой техники. Благодаря мягкой гамме тонов, которые плавно перетекают из одного в другой, у зрителя, в зависимости

...кое-то неприятное, непонятное самому себе чувство почувствовал он и поставил портрет на землю».

Это отрывок из повести Гоголя «Портрет». В данном произведении рассказывается о портрете, который обладал сверхъестественной силой. Покупая картину, молодой художник и не подозревал, что тем самым обретет свою погибель...

Покончили с собой и две жены Пикассо, чьи портреты известны всему миру...

Между художником и его натурщиком устанавливаются полумистические связи. И чем они сильнее, тем глубже отпечаток работы художника на судьбе того, кто ему позировал. И нередко этот отпечаток бывает смертельным.

Жена Рубенса, Изабелла, с которой художник писал почти всех своих мадонн, скоропостижно умерла в 35 лет. Натурщица Гойи, герцогиня Альба, позировавшая для картин «Маха», скончалась че-

...Марии Лопухиной кисти Владимира Боровиковского? Говорят, что Лопухина умерла через три года после написания портрета без всякой на то видимой причины.

То же самое произошло и с мальчиком Васей, с которого Перов рисовал одного из персонажей картины «Тройка». Кстати, позирование художнику издавна считается плохой приметой, и многие матери из суеверия запрещали своим детям работать натурщиками. Мать Васи также предчувствовала недоброе, но уберечь сына так и не смогла.

Считается, что чем одареннее художник, тем больше своей энергии он передает холсту. А энергия эта может быть как созидательной, так и разрушительной. Когда художник находится в сильном возбуждении, а именно в таком состоянии, как правило, пишутся портреты, то и мазки он кладет неровно. Если приглядеться, они будто «пляшут».

Безусловно, человеческий глаз не способен уловить все эти отклонения от нормы, но мозг натурщика воспринимает подобные колебания и сдвиги вполне отчетливо - на уровне подсознания, которое почти как гипноз запускает программу на самоуничтожение.

Если мы говорим о таинственных портретах, то, конечно же, должны упомянуть тот, который по праву может называться самой большой загадкой всех времен. Речь, разумеется, идет о «Джоконде» (портрете Моны Лизы) Леонардо да Винчи. Люди, заколдованные магией необъяснимого обаяния, часами смотрят на спокойное с полуулыбкой лицо. Женщина с портрета будто что-то скрывает от всех, кто на нее смотрит, и одновременно насмехается над ними. Здесь непостижимо все: замысел, образ женщины, метаморфозы, которые происходят с ее лицом.

Гениев, подобных Леонардо да Винчи, природа не знала ни до его рождения, ни после его смерти. Два противоположных, взаи-

...технику сфумато, основанную на принципе рассеяния, отсутствия четких границ между предметами на полотне. Для того чтобы [illegible]ражниться, художник [illegible]но окуривал дымом помещение, где работал. Окутанные клубами дыма образы потом появлялись на его полотнах. И мерцающая улыбка Моны Лизы является результатом этой техники. Благодаря мягкой гамме тонов, которые плавно перетекают из одного в другой, у зрителя, в зависимости от фокусировки взгляда, создается впечатление, что она то нежно улыбается, то надменно усмехается. Получается, что самая таинственная картина разгадана? Не совсем. Ученые только выяснили, как художник работал над своими шедеврами. Но понять - еще не значит повторить...

И еще одна деталь. Работая над «Джокондой», Леонардо сильно подорвал здоровье. Обладая почти невероятной жизненной силой, он практически лишился ее к тому моменту, как прекратил писать картину.

www.paranormal-news.ru

ЗЛОЙ РОК

Таланты «сгорают» на сцене

К сожалению, чем выше уровень артиста, чем ярче его талант, тем беззащитнее он перед своей профессией.

История знает немало примеров того, как роль, которую артист играл на сцене или в кино, оказывала существенное влияние на его жизнь. Кстати, на эту тему в актерской среде существует множество суеверий. Так, например, считается плохой приметой сниматься в гробу. Актеры пытаются найти для подобных сцен дублеров, как это сделал Сергей Безруков, сыгравший Есенина в известном сериале.

Олег Даль и Владислав Дворжецкий, Ирина Метлицкая и Андрей Миронов - талантливые актеры уходят из жизни слишком рано, как правило, на рубеже сорокалетия. «Сгорел», - говорим мы в таких случаях, даже не подозревая, насколько близки к истине. Действительно, актер, преданный своему делу, настолько вживается в образ своего героя, что будто проживает его жизнь, отдавая жизненную силу и энергию своей роли, которая, говоря словами Бориса Пастернака, «не читки требует с актера, а полной гибели всерьез». Сверхчувствительность, способность мгновенно воспринимать любую ситуацию иногда трагическим образом сказывалась на судьбе артистов.

Ирина Метлицкая попала в кино случайно. Однажды в класс физико-математической школы, где она училась, заглянул Игорь Добролюбов, увидев высокую блондинку с грустными глазами, он тут же пригласил ее на роль в фильме «Расписание на послезавтра». Метлицкая с отличием закончила Щукинское училище, работала в «Современнике», Театре Романа Виктюка, Театре Луны. Стала знаменитой после выхода спектакля «Мадам Баттерфляй».

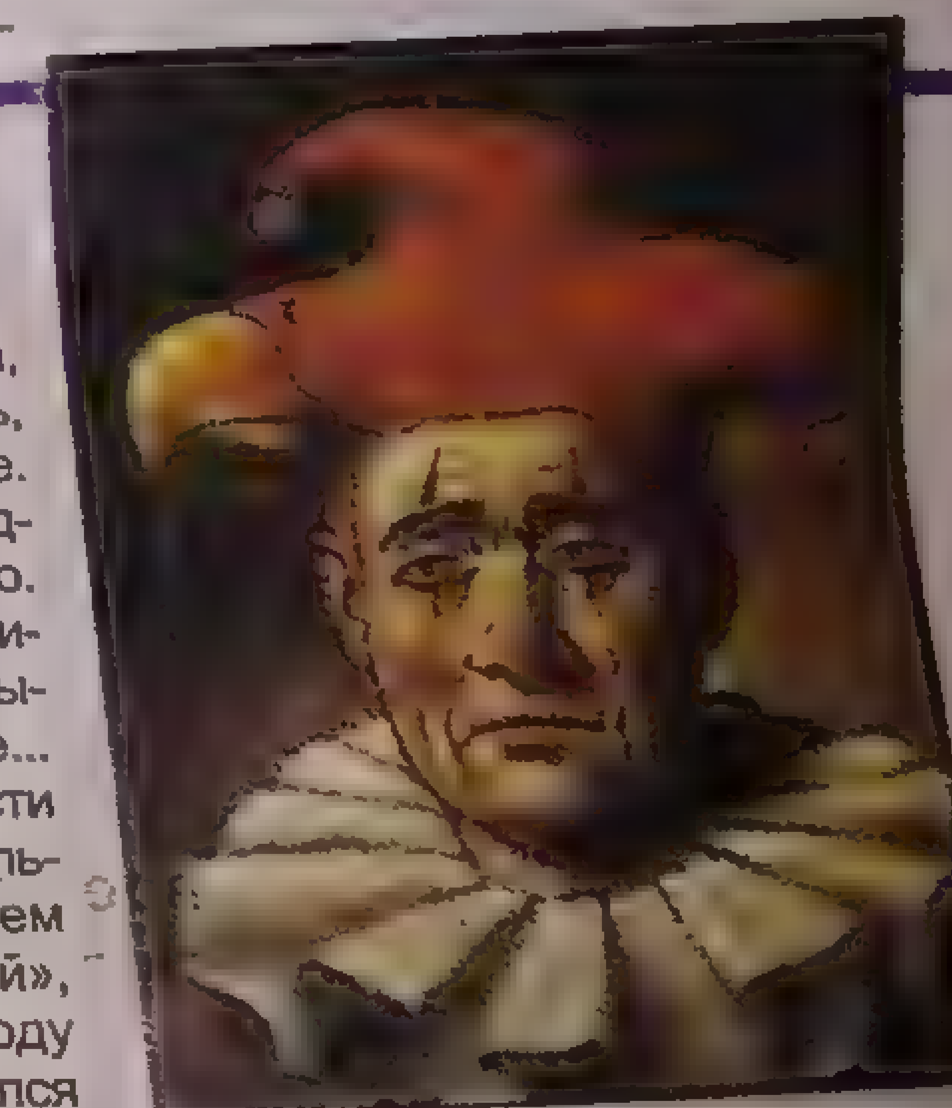
Ее кинегероини, помимо обаяния и женственности, всегда несли на себе отпечаток необъяснимого трагизма. В 1995 г., проводя церемонию открытия Московского кинофестиваля, Ирина уже знала о своем страшном диагнозе, остром лейкозе. Два года она мучительно боролась с болезнью и умерла, не дожив 4 месяцев до своего 36-летия, оставив сиротами двух своих сыновей.

Не зря актеры так не любят сниматься в гробу...

Не секрет, что большинство актеров мечтают о ролях супергероев, успешных и положительных людей... И, как выясняется, дело тут вовсе не в тщеславии. К сожалению, трагическая роль иногда становится судьбой самого актера. Актер Театра на Таганке Ян Пузыревский тяжело переживал развод с женой. Однажды он пришел навестить своего полуторагодовалого сына, а бывшая супруга, чтоб не мешать, спустилась к подруге этажом ниже. Ян позвонил по телефону и предложил женщине выглянуть в окно. Испуганная мать едва успела увидеть, как Ян, держа на руках малыша, шагнул из окна на 12-м этаже... Ребенок по счастливой случайности остался жив, Ян погиб. Поразительно то, что последним спектаклем актера был «Дом на Набережной», в котором его герой по ходу действия выбрасывался из окна...

О трагической гибели Елены Майоровой писали все газеты. Потом сообщили, что это было самоубийство, но никто не знает, какие страсти полыхали в этой талантливой душе...

За два дня до смерти Андрей Миронов вдруг произнес: «Меня еще никогда так хорошо не принимали...» Неплохая фраза для встречи там, наверху... Кто знает, может, именно ее и предчувствовал артист.



Безусловно, творчество - самое сокровенное и бесценное, что может подарить человек этому миру. Выдающимися способностями творить наделяются гении, чья судьба, как правило, трудна и таинственна. Ведь они всю свою жизнь проводят на шатком мостике между двумя мирами - материальным и духовным, стремясь переложить на язык искусства невыразимые загадки бытия.

www.paranormal-news.ru

СНОГСШИБАТЕЛЬНАЯ ВЕРСИЯ

С чем столкнулся атомоход «Курск»?

Десять лет назад, 12 августа 2000 года, взорвалась на глубине суперподлодка «Курск».

SOS

Фантом предупредил о крушении

Некоторые люди обладают необычными способностями - они могут совершать астральные путешествия.

Это явление называют внетелесным пребыванием духа, когда сознание отделяется от тела. Во время такого состояния человек видит свое физическое тело со стороны, а его сознание перемещается в так называемое астральное тело. Ученые даже термин придумали этому необычному проявлению психики - ВНО, внетелесный опыт.

Многие случаи внетелесного пребывания духа проявляются, когда человек находится в экстремальной ситуации, особенно когда речь идет о его спасении. Иногда астральное тело могут наблюдать и другие люди. Пример тому случай, происшедший с английским моряком Джеймсом Уилсоном, который совершил астральное путешествие во сне. Вот как это все было.

В 1861 году из Ливерпуля вышло парусное грузовое судно и взяло курс к берегам Гренландии. Команда не первый раз отправлялась в северные моря, была опытной. Да и капитан Рой Стенли прекрасно знал, какая опасность может подстерегать судно, если оно попадет в полосу льда. Поначалу все шло своим чередом. И вот однажды, когда на вахту заступил

ние, а то, что это было именно оно, Брюс не сомневался, помощник капитана потом не мог вспомнить. Опомнился он только в кают-компании, где за книгой сидел капитан Рой Стенли. Сбиваясь, рассказал о странном незнакомце. Капитан тут же решил самолично разобраться во всем. Он отправился в свою каюту, но никого там не застал. Когда же раскрыл вахтенный журнал, то увидел странную запись, сделанную незнакомцем: «Держите курс на северо-запад».

Капитан посчитал, что это чья-то глупая шутка. И чтобы изобличить шутника, приказал выстроить всю команду. Каждый должен был написать эту странную фразу: «Держите курс на северо-запад». Потом капитан стал сличать почерки матросов с почерком в вахтенном журнале. Но, увы, ничего похожего обнаружить не смог.

Говорят, моряки народ суеверный. Трудно теперь наверняка сказать, что послужило причиной такого решения - возможно, интуиция, возможно, мистический страх, но только капитан вдруг отдал приказ развернуть судно и следовать начертанному в вахтенном журнале курсу.

Они шли на северо-запад больше суток. Погода резко ухудшилась. Задул сильный ветер, поднялась волна. Матросы стали роптать, мол, на верную гибель ведет их капитан. Да и этот призрак появился на борту не к добру. Но капитан пресекал все разговоры. И когда, вторые

«Курск».

столкнулся

атомоход «Курск»?

Юрий Степанович ОЛЕНИН - известный ясновидящий, целитель, создатель Школы контактеров «Святые хирурги». Во время своих контактов с Космическим Разумом, он зачастую получает неординарную информацию. Предоставляем ему слово:

- Я, как и все россияне, с волнением и тревогой следил тогда за попытками спасения наших моряков-подводников с атомной подводной лодки «Курск». С первого момента, как я узнал о катастрофе, подумал: «А нельзя ли чем-нибудь помочь нашим морякам?» Мы, с моей напарницей Надеждой, запросили Высший Космический Совет Цивилизаций о причинах аварии и возможности оказания помощи и получили ответ следующего содержания:

«Мировой океан занимает большую часть вашей планеты, но несмотря на многовековое использование его поверхности, вы практически не проникли в его глубины. Для вас легче слетать в Космос, чем исследовать дно морей. В глубинах Мирового океана находятся города-базы инопланетян. Они вам не мешают, как и вы им. Их подводные корабли во много раз совершеннее ваших.

К сожалению, 12 августа в районе Баренцева моря, где проходили учения Северного флота России, находился один из таких инопланетных кораблей. От сбросов глубинных бомб он получил некоторые повреждения. Было нарушено рулевое управление и левое крыло, где местами был сбит защитный слой. По этой причине корабль был маломаневренен и не смог уйти от столкновения с вашей подводной лодкой. Корабль инопланетян не пострадал. Из-за различия конструктивных особенностей кораблей оказать помощь вашим морякам не представлялось возможным.

Мы сочувствуем о случившемся. Капитан корабля будет строго наказан. В будущем будут предприняты все меры по предотвращению столкновений».

- Мы не удовлетворились таким скупым объяснением, - говорит Юрий Степанович, - и произвели с Надеждой подробный «просмотр» ситуации. Мы увидели следующее:

Атомная подводная лодка «Курск» шла на заданный квадрат Баренцева моря, где должна была торпедировать «условного надводного противника». Весь экипаж был на боевых местах. Капитан находился на своем месте.

Внезапно на мониторе локатора по курсу лодки появилась неизвестная подводная цель. Она вела себя странно: то появлялась, то исчезала («светилась» разрушенная обшивка на крыльях корабля инопланетян, делающая корабль невидимым).

«Курск» попал под левое крыло инопланетного корабля.

Корабль инопланетян представляет собой объект округлой формы 300х400 м, высотой 45 м, весом около 600 000 тонн. На верхней стороне имеются два крыла шириной по 100 м, дугой поднимающиеся вверх. Под крыльями расположено по два мощных двигателя, работающих или на жидком кислороде, или на тяжелой воде. Как раз в это время корабль делал разворот, чтобы покинуть зону учений.

Расстояние между кораблями было слишком маленьким, чтобы избежать столкновения. При подходе «Курска» к инопланетному кораблю стал мигать свет, при приближении на расстояние около 500 м электричество отключилось совсем. «Курск» потерял управление.

Подводная лодка «Курск» попала под левое крыло инопланетного корабля и врезалась в один из двигателей. Ощущение экипажа было такое, как будто лодка наткнулась на стену. Раздался мощный взрыв. Взорвались топливные баки двигателя корабля инопланетян. «Курск», получив сильные повреждения, сразу пошел на дно.

Корабль инопланетян пострадал несильно, так как была включена силовая защита. Просканировав «Курск», инопланетяне поняли, что ничем не могут помочь нашим подводникам. Корабль взял курс на Индийский океан - город-базу для ремонта.

www.chudo.biz

Предсказание

За тридцать лет до гибели «Курска», в 1980 году, пророчица Ванга предсказала:. «В конце века, в августе 1999 или 2000 года, Курск окажется под водой, и весь мир будет его оплакивать». В начале 1999 года по ЦТ прошла передача о прогнозах болгарской ясновидицы. Озвучено было и это пророчество. Как нелепое. Куряне тоже восприняли это сообщение с юмором: как может оказаться под водой лесостепной город, из которого год скачи, а до большой воды не доедешь.

Кто же знал, что плакать мир будет по морскому «тезке» Курска? И воды вокруг него будет столько, что всему Российскому флоту не расхлебать...

наблюдать и другие люди. Пример тому случай, происшедший с английским моряком Джеймсом Уилсоном, который совершил астральное путешествие во сне. Вот как это все было.

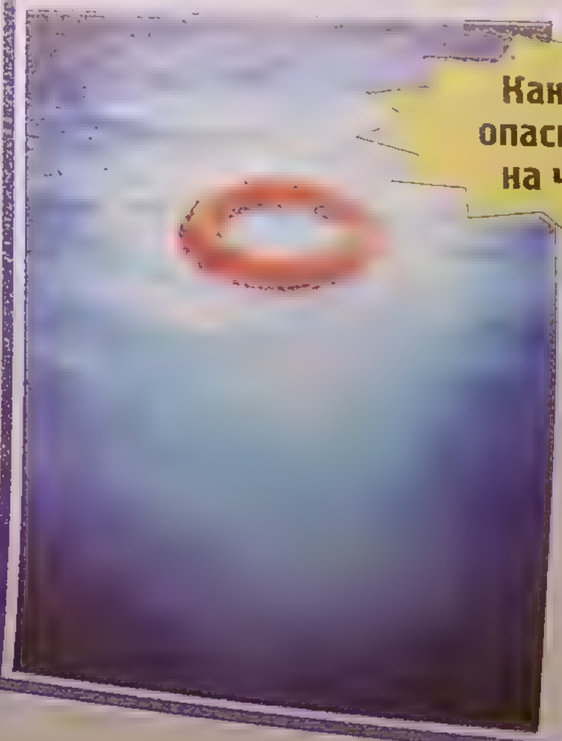
В 1861 году из Ливерпуля вышло парусное грузовое судно и взяло курс к берегам Гренландии. Команда не первый раз отправлялась в северные моря, была опытной. Да и капитан Рой Стенли прекрасно знал, какая опасность может подстерегать судно, если оно попадет в полосу льда. Поначалу все шло своим чередом. И вот однажды, когда на вахту заступил помощник капитана Роберт Брюс, случилось ЧП. Было уже глубоко за полночь, стояла непроглядная мгла.

Тут Брюс заметил в капитанской каюте слабый отблеск огня - как будто кто-то зажег керосиновую лампу или свечу. Помощник капитана подошел к каюте, осторожно приоткрыл дверь. И от неожиданности вскрикнул - за конторкой, судорожно перелистывая вахтенный журнал, стоял незнакомец. Откуда он мог взяться? Посторонних с момента отплытия из Ливерпуля на судне не было, как не было и случайных пассажиров. А незнакомец тем временем стал что-то быстро писать. Брюс, превозмогая страх, пригляделся к нему - одежда выдавала в нем моряка британского флота.

Сколько длилось это видение, сказать, что послужило причиной такого решения - возможно, интуиция, возможно, мистический страх, но только капитан вдруг отдал приказ развернуть судно и следовать начертанному в вахтенном журнале курсу.

Они шли на северо-запад больше суток. Погода резко ухудшилась. Задул сильный ветер, поднялась волна. Матросы стали роптать, мол, на верную гибель ведет их капитан. Да и этот призрак появился на борту не к добру. Но капитан пресекал все разговоры. И когда вторые сутки заканчивались, команда заметила на горизонте зажатое во льдах небольшое судно. Даже на расстоянии было видно, что оно потерпело катастрофу. Подходить близко к нему не решились, в таком случае самим грозил ледовый плен. Спустили шлюпки на воду. Когда матросы-спасатели поднялись на борт корабля, они увидели, что подоспели вовремя - еще немного, и судно было бы раздавлено льдами, как грецкий орех. Команде попавшего в беду судна грозила верная гибель.

Поднимая очередного спасенного на борт, помощник капитана Роберт Брюс от неожиданности чуть не свалился за борт - в этом матросе он узнал того незнакомца, что делал запись в вахтенном журнале. Джеймса Уилсона, так звали моряка, попросили сделать запись: «Держите курс на северо-запад». Когда стали сличать его почерк с почерком в журнале, все убедились, что они совершенно одинаковы. Сам Джеймс толком ничего объяснить не смог. Он только сказал, что когда осознал, какая беда нависла над ним и его товарищами, внезапно уснул. И во сне увидел, что к ним неожиданно пришла помощь. Надо ли говорить, что Джеймса и его команду спасло именно то судно, которое он увидел во сне...



Как матрос в час опасности оказался на чужом судне?

www.ufolog.ru

НЕВИДАЛЬ

Грифон - птице-лев

Гриф, или грифон - мифологическое существо, имеющее тело льва с крыльями или без них и голову птицы, чаще орла.

Обычно грифа изображают сидящим на задних лапах. Его изображения находят в артефактах, относящихся ко времени, начиная со второго тысячелетия до н.э. на Ближнем Востоке и по берегам Средиземного моря. В Азии грифа обычно изображали с хохолком на голове, в то время как у греков и минойцев загадочное существо имело гриву.

Начиная с XIV века до н.э. гриф в качестве обязательного декоративного элемента присутствовал на барельефах в древнегреческих домах и храмах, на утвари, на одежде и на надгробных памятниках. Греческий гриф отличался лошадиными ушами и открытой пастью со змеящимся языком. Очевидно, что гриф в древних странах Средиземноморья имел сакральное значение, однако до сих пор происхождение этого существа и место в культе остается для историков загадкой.

Римский писатель и ученый Плиний Старший в своей «Естественной истории» упоминает об этих существах, как о реально существовавших, и описывает их длинные уши и изогнутый клюв. Древнегреческий историк Геродот, живший в V веке до н.э., пишет о постоянной войне крылатых чудовищ с аримаспами. Кто такие аримаспы, Геродот не уточняет, но из контекста можно понять, что это тоже какие-то чудовища, причем и тех и других автор видел сам.

ем «Чистилище», описав триумфальную колесницу, запряженную грифом. По мнению комментаторов поэта, гриф - это Христос, тянущий непосильную ношу человеческих грехов. Верхняя часть его тела золотая, чтобы обозначить божественное происхождение Христа, а львиная часть тела красная с белым, чтобы обозначить человеческую плоть сына Божьего.

Французский философ-просветитель Дидро писал о грифе как о символе Папы, который шествует по земле царственно, как лев, и возносится к престолу Господа, как орел.

Интересно, что в Древнем Риме существовала поговорка «скрещивать грифа с лошадьми», равносильная русскому выражению «смесь французского с нижегородским». Римляне считали, что грифы ненавидят лошадей. Римский поэт Вергилий писал об еще более фантастическом животном - гиппогрифе, помеси коня и грифа:

Не призрачный под магом конь - кобылой
На свет рожден, отцом его был гриф.
В отца он птицей был ширококрылой,
В отца он спереди, как тот, ретив.

Так кто же такой гриф? Символ, плод человеческой фантазии или реально существовавшее животное?

Возможно, этот образ - лишь воспоминание человечества о вымерших птеродактилях. Однако американский уфолог Ларри Бенсон считает, что грифы - это инопланетные существа, которые в древности посещали Землю и даже какое-то время жили здесь. Возможно, грифы - существа разумные, но более правдоподобна гипотеза о том, что это домашние животные, которых завезли на нашу планету пришельцы из космоса.

По версии Бенсона, [illegible]

ский историк Геродот, живший в V веке до н.э., пишет о постоянной войне крылатых чудовищ с аримаспами. Кто такие аримаспы, Геродот не уточняет, но из контекста можно понять, что это тоже какие-то чудовища, причем и тех и других автор видел сам.

В Средние века в Европе широкой популярностью пользовалась книга английского писателя Джона Мандевиля, в которой автор рассказал о своих фантастических путешествиях по Востоку. Мандевиль красочно описал подробности своего пребывания в Бактриане, стране, располагавшейся по среднему и верхнему течению Амударьи, на территории современного Афганистана и частично Узбекистана и Туркмении. Мандевиль писал о злобном народе, населяющем эти места, о «гиппопотамах», питающихся человечиной, и о грифах.

Грифы, по Мандевилю, имели переднюю часть тела, как у орла, а заднюю, как у льва. При этом все туловище в восемь раз превышало тело льва, а сила грифа равнялась силе сотни орлов. Бактрийцы страшно боялись грифов: считалось, что эти птицы способны унести в огромных когтях лошадь вместе с всадником или пару волов. Добычу грифы приносили в гнездо для прокорма птенцов. Иногда людям удавалось убить грифа. Англичанин видел луки, изготовленные из ребер чудовища.

Марко Поло также упоминал о грифах. Будучи на Мадагаскаре, он слышал от местных жителей рассказы о птице рок, которая огромна и представляет собой птице-льва. Марко Поло заключил, что речь шла о грифе. Он даже привез из дальних странствий в Италию глиняную фигурку с изображением грифа.

Христианские философы поразному трактовали образ грифа. Некоторые писали о том, что он является прислужником сатаны. Епископ Севильи Исидор, живший в конце VI - начале VII веков, один из крупнейших ученых раннего Средневековья, упоминал в своих трудах грифа и называл его реальным, но вымершим существом.

Исидор Севильский считал образ грифа идеально соответствующим миссии Христа: «Христос есть лев, ибо он царит и обладает таким же могуществом, но он и орел, ибо после смерти возносится на небо».

Данте изобразил грифа в своих птеродактилях. Однако американский уфолог Ларри Бенсон считает, что грифы - это инопланетные существа, которые в древности посещали Землю и даже какое-то время жили здесь. Возможно, грифы - существа разумные, но более правдоподобна гипотеза о том, что это домашние животные, которых завезли на нашу планету пришельцы из космоса.

По версии Бенсона, несколько грифов сбежали от своих хозяев, одичали и расплодились. Позднее они, однако, вымерли, так как условия на Земле им не очень подходили. Бенсон работал с несколькими чилийскими абдуктантами, побывавшими на кораблях пришельцев в 1986 году. Под гипнозом они смогли вспомнить, что видели рядом с гуманоидами каких-то странных существ. По описаниям, эти существа были огромными, имели птичью голову и крылья, а нижняя часть их тела напоминала собачью. Как считает уфолог, речь шла о грифах.

www.ufozona.com

Чучело из козьего вампира

Житель Техаса утверждает, что нашел труп «козьего вампира» - мифического существа, убивающего домашних животных. Достоверных научных сведений, подтверждающих существование чупакабры, нет. Считается, что чупакабра охотится ночью и нападает на беззащитных животных, высасывая кровь и исчезая.

По словам Линна Батлера, работающего набивщиком чучел, мертвое тело загадочного хищника, наделенного острыми клыками и внешне напоминающего полинявшего от чесотки пса, он нашел три месяца назад в загоне для цыплят. Накануне вечером фермеры слышали, как какой-то хищник пробрался к птицам.

Эксперты по животным, обследовавшие найденное тело, пришли к выводу, что труп мог принадлежать мистическому вампиру чупакабре, впервые замеченному в Пуэрто-Рико в 1975 году. На протяжении всего года острова преследовала волна необъяснимой гибели скота. Погибали животные от тяжелых увечий, а во многих случаях скот оказывался полностью обескровленным. Эти события так и остались загадкой, но спустя 20 лет, в 1995 году, все повторилось снова.

Несмотря на то что описания людей, видевших хищника, разнятся, всех их объединяет одно - огромные клыки. Поначалу власти считали, что каждое сообщение о встрече с чупакаброй либо истерия, либо мистификация. Но так считалось до тех пор, пока количество подобных сообщений не достигло огромного числа. Однажды рядом с изувеченным трупом козы нашли волос, явно козе не принадлежавший. Ученые, исследовавшие этот волос в японской лаборатории, пришли к выводу, что он принадлежит неизвестному науке животному. Из Пуэрто-Рико феномен чупакабры распространился по всей Латинской Америке.

По словам Батлера, из найденного тела он сделает чучело и выставит на всеобщее обозрение. «Честно говоря, я не имею понятия, что это. Я бы, наверно, сказал, что этот какой-то уродливый койот или искусственная порода, выведенная генетической мутацией», - говорит техасец.

www.anomalia.kulichki.ru

Не вынимайте жуков вилками!

Молодая израильтянка проглотила вилку, пытаясь вытащить жука, которого она случайно проглотила.

Во время уборки по дому в рот девушке залетел жук. Поскольку умирать он не собирался, девушка попыталась извлечь трепыхающееся и жужжащее насекомое с помощью вилки, но случайно проглотила ее.

Когда пострадавшую доставили в больницу, доктор сумел определить с помощью рентгена, где конкретно застряла вилка, и извлек ее.

В интервью газете Yediot Ahronot девушка сказала, что жук очень противно пищал и изнутри щекотал ей горло, поэтому она и решила воспользоваться столовым прибором для его извлечения. Но на момент окончания операции жук уже переварился в желудке.

«Корабли пустыни» пошли на абордаж

Сильнейшая засуха, свирепствующая на севере Австралии, подвигла одичавших верблюдов взять в осаду город, точнее, городок - Докер-Ривер. Страдающие от жажды животные в поисках живительной влаги сломали водокачку и захватили взлетную полосу аэродрома.

Горожане боятся покидать свои дома, ведь на каждого здешнего жителя, коих всего 350, приходится почти по два десятка разъяренных копытных. Выход из положения местные власти видят в отстреле четвероногих, которых предварительно собираются выгнать из города с помощью вертолетов, что вряд ли можно считать разумным решением.

Неужели жара «достала» верблюдов?

На Зеленом континенте обитает свыше миллиона одичавших верблюдов - больше, чем где либо на планете. Этих животных завезли сюда в конце XIX века и использовали для перевозки грузов. После постройки железных дорог «корабли пустыни» оказались не у дел, и их отпустили на волю. На двугорбых млекопитающих никто не охотится, поэтому верблюжье поголовье постоянно растет.

Из журнала «Чудеса и приключения»

Что там - вечность или пустота?

За порогом смерти

ОТТУДА

Кто диктует нам с того света?

Что помимо его воли превращает человека в пишущую машинку?

Психографией, или автоматическим письмом, называют процесс получения информации помимо воли человека.

Причем речь идет о самых разных, часто совершенно ему незнакомых темах и к тому же написанных на многих, порою неизвестных «приемнику» языках. Вплотную изучением психографии занялись сравнительно недавно. Поэтому сейчас в основном идет накопление фактов и их научное осмысление.

Уникум Фрэнсис Шавьер из Бразилии долго удивлял ученых тем, что мог писать на разные темы по литературе, медицине, философии со скоростью лазерного принтера. Эксперты, анализировавшие его тексты, поражались тому, что узнавали манеру письма не менее двухсот разных авторов. Во время письма Шавьер не смотрел на то, что пишет, и часами даже на минуту не мог оторваться от ручки.

Писатель Уильям Блейк перед смертью признался, что поэмы «Мильтон» и «Иерусалим» он написал «непосредственно под диктовку небесных друзей без всякого обдуманного намерения и даже против воли».

Жительница Великобритании Розмари Брэун ...

то необразованный типографский рабочий, приехавший в Англию из Америки в поисках работы, принес в издательство недостающий текст, утверждая, что его ему продиктовал сам Диккенс. После того как роман был издан в завершенном виде, все насмешки прекратились, поскольку даже самые дотошные литераторы признали, что так мог написать только сам умерший автор. Больше этот рабочий ничем себя не проявил, и с тех пор о нем никто ничего не слышал.

- По сути дела феномен сводится к одному: при определенных обстоятельствах и в определенное время кто-то или что-то превращает человека в «письменную принадлежность» вроде ручки или пишущей машинки, реже - компьютерной клавиатуры, - объясняет писатель, исследователь Сергей Демкин. - Многие специалисты по изучению аномальных явлений пытаются объяснить психографию с помощью гипотезы о существовании информационного поля Земли. Упрощенно это поле можно представить в виде бесконечно большого компьютерного банка данных, в который заложена информация обо всем, что б... в прошлом, ...

смерти

ЗАГЛЯНУВШИЕ В БЕЗДНУ

В одной из недавних программ канадского телевидения была рассказана невероятная история.

Гости программы, супруги Зильберберги, поведали, как 16 лет назад на их свадьбе жених вдруг почувствовал себя плохо. Прибывший врач констатировал остановку сердца, но больного удалось оживить с помощью электрошока. Вернувшись в земное существование, он рассказал, что видел себя перед вратами рая: светлые создания листали толстые книги, но не нашли в них его имени и как раз в этот момент он очнулся в больнице...

Сегодня такие истории воспринимаются как вероятные. Врач -кардиолог Маурис Тоулингс, профессор университета в Теннесси и член Международного комитета по болезням сердца написал книгу, которая называется «За порогом смерти». В ней он рассказал о многолетних наблюдениях за сотнями пациентов, возвращенных к жизни после клинической смерти.

Однажды его вызвали к больному, у которого перестало биться сердце. Но врач сумел возвратить несчастного к жизни с помощью искусственного дыхания и прямого массажа сердца. К нему бросились дети и жена, но он, отталкивая их, исступленно шептал: «Только не туда! Нет!» Врач спросил, что его пугает. «Ах, я был в аду, не отдавайте меня им!» - последовал ответ.

С тех пор кардиолог стал вести записи о поведении пациентов в первые минуты после «оживления». Бывший атеист, теперь он убежден, что по ту сторону порога - вечность, а не пустота...

Вот рассказ женщины, чуть было не умершей во время родов.

«Когда мы прибыли в операционную, я почувствовала вдруг, что не нахожусь больше в собственном теле. Я парила у потолка, мне не нравилось, что доктор ругает сестер. Он был в панике. Я видела лица моей матери, мужа и маленького сына, они были очень грустными, но я не чувствовала их отчаяния! Затем я очень быстро неслась по длинному коридору, в конце его был желто-белый свет. «Вот что чувствуют, когда умирают», - подумала я и вдруг очутилась в комнате для выздоравливающих. Мне не забыть покой, который я испытала в иной жизни, но я была рада вернуться и увидеть малыша».

Другой рассказ. «У меня крупозное воспаление легких. Позднее мне сказали, что я вошел в коматозное состояние. Я видел, что лечу по долине, приближаясь к освещенной вершине горы. Я заметил цветы и сады на склоне. Среди валунов я увидел дедушку - он умер несколько лет назад. Я хотел поговорить с ним, но вдруг обнаружил себя в теле».

Кого Высшая сила посылает в ад, а кого - в светлый небесный город?

Поражает рассказ мужчины о встрече со своей матерью, которую он не помнил. Она скончалась, когда ему не было и года. Он ни разу не видел ее фотографии, рос у мачехи. Когда его оживили, то показали ему старый альбом. Просматривая фотографии прежних лет, он вдруг вскричал: «Это же моя мама! Те же каштановые волосы, те же глаза и рот! Я видел ее там!» Все были потрясены.

Но так говорят далеко не все. Многие еще долго трясутся от страха, умоляя спасти их от смерти. «Я помню, как мне не хватало воздуха, -рассказал один пациент. - Затем я отделился от тела и вошел в мрачную комнату. В одном из окон увидел уродливую морду гиганта, вокруг которого суетились бесенята. Великан сделал мне знак подойти. Снаружи была тьма, но я различал стонущих людей вокруг. Я плакал. Затем гигант отпустил меня. .Доктор думал, что мне привиделось такое из-за наркотиков, но я никогда их не употреблял».

Особенно страшные видения сопровождают самоубийц. Домохозяйка, чувствовавшая себя никому не нужной, в минуту отчаяния приняла смертельную дозу лекарств. «Я помню черную круглую дыру, - рассказывает она, - красное горячее пятно, оно растет, и я уже возле него. Земля вязкая, ноги тонут, трудно дышать. Я кричу: «Боже, дай мне шанс!» Как вернулась - не знаю».

Профессор Тоулингс задает в своей книге много вопросов. Кого Высшая сила посылает в ад, а кого - в светлый небесный город? Как избежать страха кончины и вечной пытки там, за порогом земной жизни? Автор заключает, что нельзя отмахиваться от духовного, невидимого мира. Трудно сказать, насколько он прав в деталях. Но, пожалуй, в главном доктор прав вполне: жизнь - бесценный дар и нести его надо бережно, не причиняя зла другим людям.

неру письма
разных авторов. Во время письма
Шавьер не смотрел на то, что пи-
шет, и часами даже на минуту не
мог оторваться от ручки.

Писатель Уильям Блейк перед смертью признался, что поэмы «Мильтон» и «Иерусалим» он написал «непосредственно под диктовку небесных друзей без всякого обдуманного намерения и даже против воли».

Жительница Великобритании Розмари Браун создавала литературные произведения, научные статьи, писала музыку в стилях Бернарда Шоу, Моцарта, Баха, Шуберта.

Самый известный случай был связан с неоконченным романом Чарльза Диккенса «Тайна Эдвина Друда». Диккенс умер, не успев написать концовку. И вот какой-

- Многие специалисты по изу-
нию аномальных явлений пыта-
ются объяснить психографию с
помощью гипотезы о существова-
нии информационного поля Зем-
ли. Упрощенно это поле можно
представить в виде бесконечно
большого компьютерного банка
данных, в который заложена ин-
формация обо всем, что было
в прошлом, происходит сейчас
или случится в будущем. При-
чем, если исходить из содержа-
ния некоторых психограмм, эта
информация относится не толь-
ко к нашей планете, но и ко всей
Вселенной. Однако трудно объ-
яснить, почему сведения сами по
себе поступают из информацион-
ного поля к людям, которые вовсе
не стремятся их получить.

Бестелесные двойники

Эта загадка становится более понятной, если допустить, что, помимо глобального информационного поля, есть то, что парапсихологи называют астральными существами. Их можно представить себе в виде информационно-энергетических двойников не только конкретных людей, когда-либо живших или живущих на Земле, но и вообще всех живых существ.

- Многочисленные эксперименты парапсихологов из разных стран показывают: у человека действительно есть невидимый двойник, - продолжает Демкин. - Допустим, информационно-энергетическая сущность человека возникает с момента рождения, но в отличие от тела не подвержена смерти и существует вечно. С точки зрения традиционной религии это не что иное, как душа. Местом пребывания астральной сущности, скорее всего, может быть глобальное информационное поле, где с момента своего возникновения она существует как вполне отдельная система, связанная постоянно со своей земной ипостасью. А раз так, то почему бы не допустить, что эта система, потеряв своего материального двойника, способна устанавливать контакт с живыми людьми? То, что дело обстоит именно так, подтверждает следующий факт: во многих случаях психография носит именно личностный характер.

Пока остается только гадать, зачем двойники вступают в одностороннюю переписку. Правда, во многих случаях ответ напрашивается сам собой: чтобы восстановить справедливость, раскрыть тайну или закончить прерванное смертью дело.

КСТАТИ

Доктор психологии из Техасского университета, автор книги «Автоматическое письмо для начинающих» Эдайн Маккой считает, что психография - это способ общения с нашим подсознанием, которое является проводником в потусторонний мир.

ГЛАЗАМИ ОЧЕВИДЦЕВ

«Я сфотографировал гуманоида...»

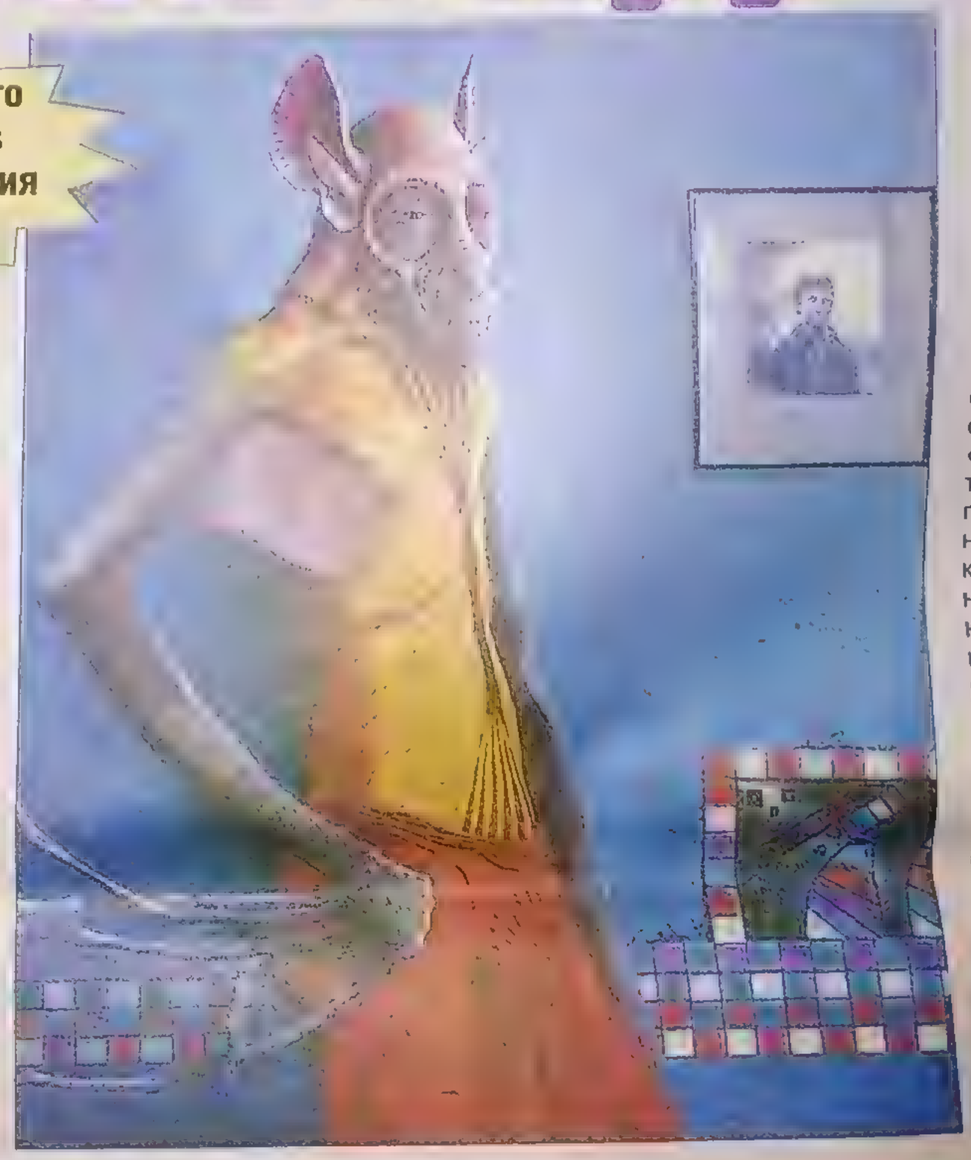
Более двадцати лет прошло с того дня, когда британский офицер полиции Филипп Спенсер встретился с пришельцем из космоса.

Случай со Спенсером до сих пор считается западными уфологами одним из самых достоверных. Уникальность его заключается в том, что свидетелю впервые удалось сфотографировать инопланетное существо на расстоянии 15 метров! Споры по поводу снимка не утихают до сих пор.

Как вспоминает Спенсер, это произошло ранним утром 1 декабря 1987 года, когда он отправился через поросшие вереском торфяники графства Йоркшир к дому своего отчима. Дом находится в нескольких километрах к северу от Хауорта, небольшого городка, прославленного на весь мир творчеством живших там писательниц сестер Бронте. Спенсер приблизился к деревьям, росшим на краю торфяников. В этот момент до его ушей донеслось странное жужжание, отдаленно напоминавшее приглушенный звук самолетного двигателя.

Звук раздавался в течение нескольких минут, пока Спенсер подходил к деревьям, а затем неожиданно стих. Уже у самой кромки торфяника внимание идущего привлекло какое-то движение от тропинки. Приглядевшись, Спенсер увидел небольшое [illegible] существо [illegible] метра [illegible]

Впервые трехлапого удалось поймать в объектив с расстояния в 15 метров!



встречи офицер решил вернуться домой и немедленно проявить пленку. Когда он вошел в Хауорт, то удивило количество людей на улицах, необычно большое для столь раннего часа. Казалось, что в тот момент было не больше восьми утра, но на самом деле оказалось - около одиннадцати! Два с половиной часа загадочно выпали из жизни Спенсера. Единственным способом выяснить истину оставалась пленка. После ее проявления все сомнения отпали - на снимке, опираясь правой рукой на обомшелый камень, стоял пришелец!

Два дня спустя Спенсер связался с британским уфологом Дженни Рэндльсом и исследователем аномальных явлений Артуром Томлинсоном. Оба не замедлили с приездом. Изучив снимок, специалисты сделали вывод о его подлинности.

Ведущие фотографы Англии признали, что фотография Спенсера [illegible]

[illegible] присутствовало [illegible] ной часов. Оказалось, до того большую экскурсию по кораблю и показали на экране далекую Землю, висевшую в космосе в окружении звезд. Во время экскурсии «гостя» пригласили в помещение для просмотра «кинофильмов». Посредине комнаты стали возникать трехмерные картины ужасной экологической катастрофы, которая, как объяснили пришельцы, произойдет на Земле через двести лет.

При помощи гипнотерапевта офицер полиции смог дать полное описание внешности инопланетян. «Ростом они около метра двадцати сантиметров и доходят мне до груди, - рассказал Спенсер. - У них большие остроконечные уши, крупные глаза, маленький рот, но нет носа. Они имеют черную кожу, которая на ощупь кажется грубой и шершавой, большие длинные руки с тремя толстыми пальцами и смешные выгнутые колесом ноги».

История об инопланетянине приобрела большую известность. В мае 1989 года изучать фотоснимок британского полицейского приехали эксперты японской телекомпании «Ниппон Телевижн». Они подтвердили, что фотография является подлинной.

Экспертиза «Ниппон Телевижн» не была единственной. В 1990 году влиятельный «Британский журнал фотографии», известный разоблачением множества фотоподделок, провел собст[illegible]

...уже у самой кромки торфяника внимание идущего привлекло какое-то движение от тропинки. Приглядевшись, Спенсер увидел небольшое зеленое существо не больше метра двадцати сантиметров в высоту!

Спенсер успел сделать только один кадр до того, как существо развернулось и быстро скрылось за склоном холма. Офицер немедленно бросился в погоню, но существа уже нигде не было видно.

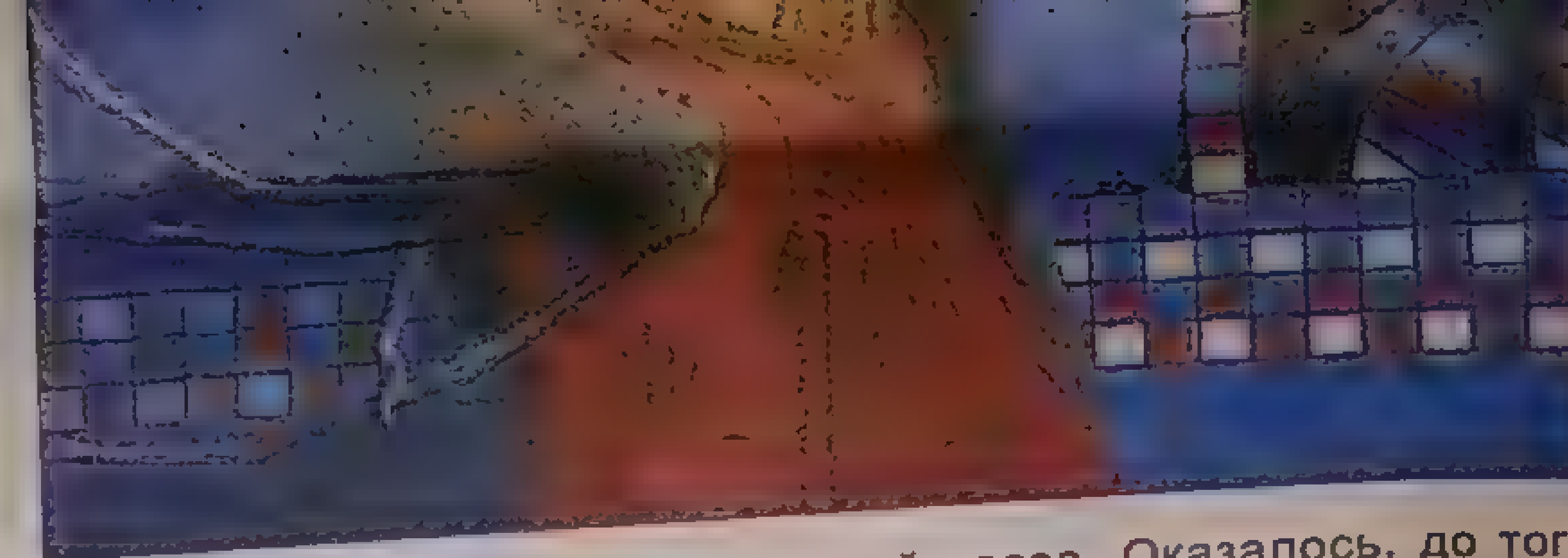
Под впечатлением необычной

Ведущие фотографы Англии признали, что фотография Спенсера является подлинной.

...пришелец!

Два дня спустя Спенсер связался с британским уфологом Дженни Рэндльсом и исследователем аномальных явлений Артуром Томлинсоном. Оба не замедлили с приездом. Изучив снимок, специалисты сделали вывод о его подлинности. Фотография из-за недостатка света имела очевидную недодержку экспозиции, а также немного смазанные очертания.

Примерно через месяц после встречи на торфяниках Спенсер стал видеть повторяющиеся сны,



где неизменно присутствовало темное небо с незнакомыми созвездиями. С целью выяснения возможной причины этих сновидений журналист Мэттью Хилл пригласил Спенсера к практикующему психологу Джиму Синглтону. Во время сеанса гипноза разъяснилась загадка потерянных Спенсером двух с половиной часов. Оказалось, до того как сфотографировать пришельца, полицейский побывал внутри инопланетного корабля!

В корабле, как вспомнил Спенсер, несколько пришельцев исследовали его организм светящимся пучком света, который скользил по телу, щекоча кожу. Затем Спенсеру устроили не-...

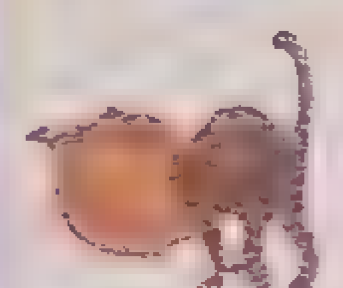
...мок британского полицейского приехали эксперты японской телекомпании «Ниппон Телевижн». Они подтвердили, что фотография является подлинной.

Экспертиза «Ниппон Телевижн» не была единственной. В 1990 году влиятельный «Британский журнал фотографии», известный разоблачением множества фотоподделок, провел собственное исследование снимков. К чести журнала, он признал, что фотография Спенсера является подлинной. К сожалению, все попытки ведущих фотографов Великобритании улучшить изображение фигуры потерпели неудачу.

www.ufolog.ru

ЗВЕЗДНЫЙ СУПЕРПРОЕКТ

Ловушка для летающих тарелок



Военные ряда стран не раз пытались захватить летающую тарелку в плен, чтобы исследовать ее содержимое.

Однако посланные на перехват истребители возвращались ни с чем, а все выпущенные по тарелке снаряды пролетали мимо или взрывались в воздухе. И тогда канадские уфологи высказали гениальную идею: «приманить» НЛО в какое-то определенное место и устроить там засаду.

Министерство обороны Канады выделило близ базы ВВС в Суффилде в 1958 году огромный кусок земли под «ловушку». Всем военным и гражданским летчикам было запрещено летать над этой зоной.

За колючей проволокой развернулось строительство, и вскоре на месте вырубленных лесов появилась взлетно-посадочная полоса, бункеры для наблюдателей, батареи мощных прожекторов и прочая техника. НЛО предполагалось «приманивать» математическими формулами и различными световыми сигналами. На случай, если пришельцы пожелают приземлиться, под взлетно-посадочной полосой соорудили электромагнитные блоки, способные удержать массу в десятки тонн. Предполагалось даже попытаться «накрыть» приземлившийся НЛО огромной сетью из стальной проволоки.

Однако строительство «ловушки» так и не завершили. Очевидно, возобладал здравый смысл, подсказавший инициаторам строительства бессмысленность состязания с фантастической технологией пришельцев. Спецтехнику демонтировали, а в лесу остался обычный военный аэродром.

Как взять в плен пришельцев?

В США идею «приманить» НЛО с восторгом воспринял известный уфолог Дональд Кихоу. Он знал, что тарелки предпочитают появляться над особо важными объектами вроде ракетных баз, и предложил для «приманки» соорудить в пустынном месте макеты таких объектов. Проблема была только в одном: у энтузиастов не хватило денег на столь масштабный проект.

Подобной идеей загорелся и знаменитый контактер Рэй Стэнфорд, кстати, весьма богатый человек. В двадцати милях к северо-западу от города Остин в штате Техас Стэнфорд соорудил 30-метровый круг из ста сверхмощных ламп, управляемых компьютером. 2 октября 1974 года над станцией, получившей романтическое название «Звездный свет», появился прилетевший «на огонек» НЛО. Он сделал два разворота под прямым углом и скрылся. А в мае 1975 года тарелка зависла почти над самой станцией. С земли подали закодированный сигнал - число «пи». С НЛО приняли ответный сигнал, тоже закодированный в двоичной системе счисления. Это была единица, деленная на то же число «пи»!

С тех пор участники проекта не раз фотографировали НЛО, но и по сей день пришельцы близко общаться с землянами не желают.

Сенсационные сообщения из Техаса взбудоражили весь мир. Многие города и городки пожелали обзавестись своим собственным «космодромом». Даже в маленькой французской деревушке Аре неподалеку от Бордо соорудили посадочную площадку для летающих тарелок.

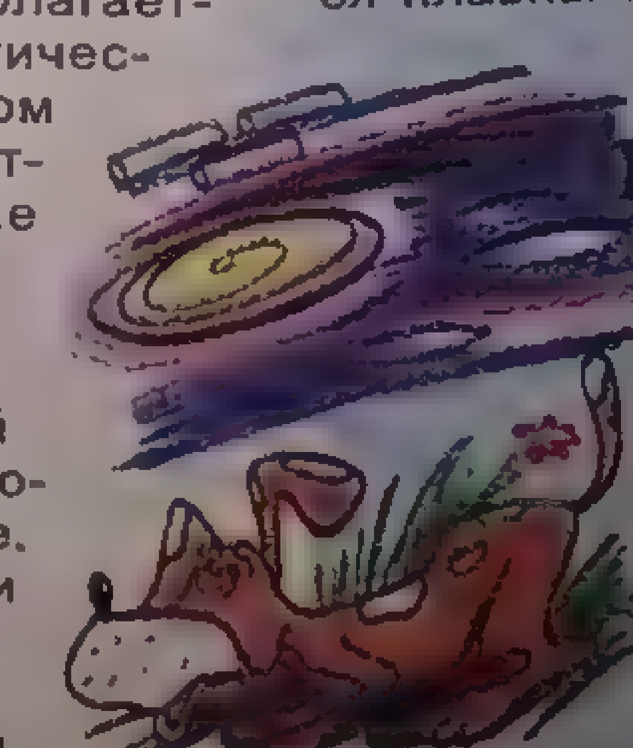
Сейчас в мире насчитывается около десятка подобных «космодромов», все еще ожидающих инопланетных гостей. Вскоре к ним прибавится еще один. Южнокорейская уфологическая ассоциация тоже решила «пригласить» к себе пришельцев. Она намерена возвести на вершине горы Топхва в провинции Кенсан-Пукто посадочную площадку размером 50 на 50 метров, по периметру которой будут мигать лампочки. Поперек самой площади появится выведенная светящейся краской надпись «Добро пожаловать!» (на корейском языке). С целью запечатлеть сцену контакта предполагается установить автоматическую видеокамеру. Рядом с площадкой предусматриваются специальные помещения для «приема гостей». Все расходы берет на себя некий весьма состоятельный буддистский монах, который живет на этой горе. Он не раз видел НЛО и хотел бы ближе с ними познакомиться.

www.ufolog.ru

НЛО над студенческим городком

Возле Уральского государственного технического университета 4 июня в 23.00 множество очевидцев увидели неопознанный летающий объект. Свидетели странного события не растерялись и достали видеокамеры, чтобы запечатлеть странное явление.

К сожалению, камера не смогла приблизить объект на достаточное расстояние, однако в варианте видео с идеальным качеством очертания НЛО несложно разглядеть. За объектом наблюдали велосипедисты, роллеры и скейтеры, собравшиеся накануне соревнований на площадке возле УГТУ-УПИ. Объект отличался плавным ходом движения и ярко выраженной округлой формой со светящимися контурами. С уверенностью можно сказать, что это не самолет, не ракета, не горящий пакет или воздушный шар



www.ufolog.ru

Королева ужаса

Ждите комету Галлея через 50 лет

НЕБЕСНЫЕ СТРАННИЦЫ

100 лет назад, весной 1910 года, газеты всего мира пестрели заголовками: «Погибнет ли Земля в текущем году?»

На дворе стоял XX век - век знаний, промышленности и прогресса, но комету Галлея человечество ждало воистину со средневековым ужасом. Люди, вне зависимости от национальности, вероисповедания, образования и возраста, в панике скупали таблетки «комета» и считали дни, оставшиеся до конца света...

Веселящий газ

Триумфальное! Другого определения для явления кометы Галлея в 1910 году трудно подыскать. Тогда «видимое ничто» (а именно так астрономы называют хвостатых небесных странниц) приблизилось к Земле очень близко - по галактическим меркам, разумеется: нашу планету и комету разделяли каких-нибудь 22,5 миллиона километров. Этого оказалось достаточно, чтобы гигантский хвост небесной путешественницы перечеркнул полнеба и тем самым вогнал человечество в самый отчаянный мистицизм.

Ближайшего апокалипсиса. Самое сильное обоняние оказалось, разумеется, у газетчиков. Они поняли: «Мы все погибнем!» - и забили тревогу.

«Веселящий газ - закись азота - заставит землян прыгать и плясать до полного изнеможения!»

«Цианид отравит все живое на планете!»

«Отравляющие газы окутают всю Землю!»

«Спасение невозможно!»

мальной редактурой - читали и в 1910 году!

Через 457 лет!!! Более того, изобретались новые «духовные» средства борьбы с небесной напастью. Некий самарский монах был пойман на продаже антикометных листовок: «Заклятие против встречи с Галлеей. Ты, черт, Сатана, Вельзевул преисподней! Не притворяйся звездой небесной! Не обмануть тебе православных, не спрятать хвостища Богомерзкого, ибо нет хвоста у звезд Господних! Провались ты

родом. Были случаи самоубийств от страха».

«Тегеран. Четверга персы ожидают с ужасом. Местные доморощенные астрономы объявили, что 19 мая наступит конец мира. Многими вырыты глубокие ямы, куда они собираются спрятаться в четверг от небесного гнева».

«Мадрид. Население Испании ожидает появления кометы с большим беспокойством. По ночам на улицах городов и селений толпится народ. В церквах совершаются молебствия. Многие посещают церкви, исповедуются и каются в грехах. Отме-

пытаться нагреть на нем руки: трезвомыслящие люди нашлись даже в этой переполненной «палате № 6». И вот уже рынок заполонили запатентованные - а как же иначе? - антикометные средства.

Всевозможные противоядия от отравляющих газов. Таблетки, обладающие способностью нейтрализовать «веселящий газ». Специальные «космические противогазы». И даже болидные громоотводы! Предприимчивые «аптекари» здорово нагрели руки на вселенской истерии.

Перепало и церквям: во дни «кометной угрозы» службы во многих храмах - вне зависимости от конфессий - шли круглосуточно: слишком много душ требовалось спасти перед неминуемым концом света. Особо впечатлительные «грешники» расста-

вались со своим имуществом, раздавая все добро на богоугодные дела или же передавая деньги в распоряжение монастырей и обителей.

Но сколь веревочке ни виться, а все конец будет. Пришел «судный день» - 19 мая: Земля прошла через хвост кометы Галлея и... ничего. Абсолютно ничего не произошло ни тебе удушающих газов, ни болидных бомбардировки. Даже самые чувствительные приборы не зафиксировали никаких необычных явлений и тем более изменений в земной атмосфере. «Видимое ничто» в последний

Люди видели в кометах знак беды,

называют хвоста-тых небесных странниц) приблизилось к Земле очень близко - по галактическим меркам, разумеется: нашу планету и комету разделяли каких-нибудь 22,5 миллиона километров. Этого оказалось достаточно, чтобы гигантский хвост небесной путешественницы перечеркнул полнеба и тем самым вогнал человечество в самый отчаянный мистицизм.

Астрономы, как честные ученые, поделились с общественностью своими наблюдениями: согласно их расчетам, 19 мая 1910 года комета, уже, так сказать, «на отлете», заденет своим хвостом Землю! Тут надо отметить, что в начале XX века в астрономическом арсенале уже были спектрографические методы исследования. И потому ученые хорошо представляли, что в хвосте кометы присутствуют, в частности, молекулы циана, угарного газа и другие «отравляющие» соединения.

Эта сугубо научная информация попала в газеты, и ее оказалось достаточно, чтобы чуткие носы впечатлительных граждан уловили в воздухе запах серы, геенны огненной и вообще пример сильное обоняние оказалось, разумеется, у газетчиков. Они подняли: «Мы все погибнем!» - и забили тревогу.

«Веселящий газ - закись азота - заставит землян прыгать и плясать до полного изнеможения!»

«Цианид отравит все живое на планете!»

«Отравляющие газы окутают всю Землю!»

«Спасение невозможно!»

Молитва от «хвостатого чудовища»

Напрасно астрономы пытались взывать к людскому разуму: «хвостатое чудовище» не представляет никакой опасности, хвост кометы не причинит вреда, бояться нечего... Но что такое доводы рассудка по сравнению с памятью предков: тысячелетиями люди видели в кометах знак беды, считали их предвестницами тяжкой кары и приближающейся смерти.

В 1453 году Папа Каликст III вооружил верующих специальной «антикометной» молитвой «Ангелус»: «Господи всемогущий, от турок и от кометы избави нас...» Эту же самую молитву - с мини-мальной редактурой - читали и в 1910 году!

Через 457 лет!!! Более того, изобретались новые «духовные» средства борьбы с небесной напастью. Некий самарский монах был пойман на продаже антикометных листовок: «Заклятие против встречи с Галлеей. Ты, черт, Сатана, Вельзевул преисподней! Не притворяйся звездой небесной! Не обмануть тебе православных, не спрятать хвостища Богомерзкого, ибо нет хвоста у звезд Господних! Провались ты в тартарары, в пещь огненную, в кладезь губительную!..»

Самое примечательное, что это воззвание перепечатали многие центральные российские газеты... Как после этого было не возникнуть панике?

Это - конец света!

Людские страхи росли в геометрической прогрессии, причем повсеместно. Достаточно полистать газеты столетней давности, чтобы убедиться в этом. Вот цитаты из них:

«Вена. Венские астрономы убеждены, что завтра хвост кометы заденет Землю. Среди населения, особенно в провинции, паника. Многие запасаются кисло-... явили, что 19 мая наступит конец мира. Многими вырыты глубокие ямы, куда они собираются спрятаться в четверг от небесного гнева».

«Мадрид. Население Испании ожидает появления кометы с большим беспокойством. По ночам на улицах городов и селений толпится народ. В церквах совершаются молебствия. Многие посещают церкви, исповедуются и каются в грехах. Отмечается чрезвычайное развитие самоубийств, вызванных страхом перед кончиной мира. Суеверное население горных областей Испании ожидает комету в паническом страхе».

Люди видели в кометах знак беды, считали их предвестницами тяжкой кары.

«США. В Оклахоме едва удалось спасти девушку, которую готовили принести в жертву хвостатой звезде члены секты «Святые последователи».

Противокометные средства

Грех было не воспользоваться массовым психозом и не по-... ся, а все конец будет. Пришел «судный день» - 19 мая: Земля прошла через хвост кометы Галлея и... ничего. Абсолютно ничего не произошло: ни тебе удушающих газов, ни болидной бомбардировки. Даже самые чувствительные приборы не зафиксировали никаких необычных явлений и тем более изменений в земной атмосфере. «Видимое ничто» в последний раз удалось сфотографировать 16 июня 1911 года: после этого «хвостатое чудовище» скрылось из глаз наблюдателей, для того чтобы вернуться в марте 1986 года...

Ученые торжествовали - дескать, а мы говорили. Но это не мешало газетчикам склонять астрономов на все лады. Народ же в массе своей, слегка постеснявшись собственной глупости, вздохнул с облегчением. Конец света отменяется! И лишь те «богомольцы», что передали свое добро монастырям, жалели, что дело обстоит именно так...

КОСМИЧЕСКОЕ ШОУ

Земляне увидят рождение сверхновой звезды

Возможно, в ближайшее время жители Земли станут свидетелями редчайшего события, происходящего раз в несколько тысяч лет. По сообщениям инсайдеров с обсерватории Мауна Кеа, Гавайи, красный гигант Бетельгейзе стремительно меняет форму.

За последние 16 лет звезда потеряла круглую форму, стремительно сжимаясь в полюсах, в то время как экватор звезды всё ещё удерживается благодаря центробежной силе. Это явные признаки того, что остались считанные недели или месяцы до превращения звезды в сверхновую.

Как будет выглядеть это редчайшее событие с земли? Внезапно в небе вспыхнет очень яркая звезда. «Очень яркая» - означает степень яркости, равную как минимум полной луне, как максимум - полному солнцу. Продлится подобное космическое шоу около шести недель, что означает более полутора месяцев «белых ночей» в определенных участках планеты, остальные люди насладятся двумя-тремя дополнительными часами светового дня и восхитительным зрелищем взорвавшейся звезды ночью.

Через две-три недели после взрыва звезда начнет угасать, а через несколько лет - окончательно превратится для земного наблюдателя в туманность типа Крабовидной.

Волны заряженных частиц после взрыва дойдут до Земли через несколько столетий, и жители Земли получат небольшую (на 4-5 порядков меньше летальной) дозу ионизирующего излучения. Но волноваться не стоит в любом случае - как заявляют ученые, угрозы для Земли и ее жителей нет, а вот подобное событие само по себе уникально - последнее свидетельство наблюдения взрыва сверхновой звезды на Земле датировано 1054 годом.

www.paranormal-news.ru

ЗВЕЗДНЫЕ СУЕВЕРИЯ

Как правильно угадать Божий промысел

Самое первое изображение кометы Галлея - из тех, что нам известны, - выткано на так называемом гобелене из Байе. 70-метровую картину вышила Матильда Фландрская аж в 1066 году: в честь победы своего мужа - Вильгельма Завоевателя - над Гарольдом II.

Собственно, комета все и предопределила! Увидев ее в английском небе, Гарольд сразу «просек» Божий промысел: это знак приближающейся беды. Его трон, а заодно и жизнь в опасности! Зато норманнский герцог Вильгельм, заприметив хвостатую звезду, сразу понял: пора в поход, удача на его стороне. Так все и вышло.

Кстати, власть имущие отчего-то очень часто усматривали в кометах угрозу своему собственному положению: им казалось, будто хвостатые странницы приходят именно за ними. Покоряться же судьбе владыкам не хотелось. И потому они изобретали свои «противокометные средства».

Так, Нерон, спасаясь от кометы в 60 году н.э., решил принести в жертву «чудовищу» всю римскую знать, причем вместе с их потомством. И знаете, помогло! Он счастливо пережил визит хвостатой звезды, а спустя шесть лет тем же способом «расправился» с кометой Галлея.

К чести других сюзеренов стоит сказать, что они к таким радикальным мерам не прибегали. Боялись до дрожи в коленках, молились до исступления, ругали кометы последними словами. Но им все нипочем. Придут, напугают и уйдут...

Из газеты «Ступени Оракул» (№8, 2010 г.)

Горки ужаса

Почему виртуальные игры и аттракционы так жестоко мстят любителям ужастиков?

ТЕРРИТОРИЯ ДЬЯВОЛА

... Вагончик рванулся вперед. Массивные двустворчатые двери приоткрылись с каким-то зловещим скрежетом.

Поезд нырнул в черную пасть туннеля, в непроглядную полуночную тьму, и, набирая ход, все глубже и глубже стал погружаться в бездонную пропасть. Вован изо всех сил вцепился в предохранительную штангу. От ужаса перехватывало дыхание...

Аттракцион из Австралии

Такого в их маленьком приволжском городке еще не было. В объявлениях, расклеенных на улицах, сообщалось, что приезжает уникальный аттракцион из далекой Австралии с ужасами, которые способны испугать даже тех, кто ничего не боится. А тот, кто приобретет лотерейный билет и выиграет, получает право первого, причем бесплатного, посещения этого аттракциона.

Дворовая компашка - Вован, Гульнара и Макс - с детства обожала всякие ужастики. Компьютерные игры - исключительно на эту тему. Книги - тоже.

- Посмотрим, что за страшилка, - сказал Макс. - Если она меня испугает, покупаю всем мороженое.

Удивительно, но счастливые билеты достались и ему, и Вовану, и Гуле. Что тут - совпадение? Или же мир запредельного страха сам выбирает тех, кто без него

Ужастики «Кровавого туннеля»

достал зажигалку. Брезент или какой-то другой материал ремня не загорелся, но стал тлеть. Вскоре

бывает. Но какое это страшное чувство - чувство отчаяния.

- Эй, кто там? - сказал он. - Это все старо как мир. Мы не боим-

...Австралийский аттракцион приволжского городка

прошлогодний снег. В Авст

с озером, или же в него впадает какая-то речка.

С ним согласились. Но как только Макс спрыгнул с моста, цепкий леденящий ужас охватил и его. Он на миг потерял и рассудок, и память. Недаром говорят: чтобы попасть в Ад, не надо умирать. Все мы из плоти и крови, железных людей не бывает. А Макс ощутил себя на краю бушующей огненной пропасти, дикое пламя ревело и грозило его поглотить, а ноги утопали в горячей и липкой, алой, как кровь, жиже. «Вот почему туннель называется кровавым», - дошло до него. И путь по краю бездны вел в никуда. Если точнее - в эту бездну.

Вдруг неведомо откуда над ребятами пронеслись громадные темные тени.

- Летучие мыши! - крикнул Макс. - Прыгайте за мной. Они - наше спасение.

- Откуда ты знаешь? - спросил его Вован, морщась от мерзости, которая булькала под ногами.

- Они приведут нас к выходу, - крикнул Макс. - Нужно только не терять эту нечисть из виду и идти в противоположную сторону. Днем она прячется там, где темно.

И действительно вскоре болото и мост остались позади. Багровое сияние померкло. Впереди забрезжил слабый свет. Туннель кончился.

Горки ужаса

шилка, - сказал Макс. - Если она меня испугает, покупаю всем мороженое.

Удивительно, но счастливые билеты достались и ему, и Вовану, и Гуле. Что тут - совпадение? Или же мир запредельного страха сам выбирает тех, кто без него обойтись не могут?

Аттракцион прибыл в назначенный срок. Расположился он на большом, поросшем горькой полынью пустыре, где раньше ничего не строили. Ходила молва, что здесь когда-то рубили головы захваченным в плен сподвижникам Емельяна Пугачева. Но австралийцев это нисколько не напугало. Не пугало и жаркое, пыльное лето. Они приехали, чтобы пугать россиян.

И вот настал день, когда американские, а вернее, австралийские горки заработали. Кроме Вована, Гули и Макса право первыми прокатиться на поезде из шести вагончиков получили еще две девочки, похоже, сестры-близняшки.

Оператор, во всем черном (такими изображают вампиров), рассадил их по разным вагонам, проверил, надежно ли пристегнуты.

- Эта поездка не для слабонервных, - предупредил он. Говорил чисто, без акцента: - Название аттракциона - «Кровавый туннель». Такого нет больше нигде.

НАША СПРАВКА

В последние годы количество аварий на различных аттракционах увеличилось в десятки раз. В Омске дверь в одну из кабин аттракциона неожиданно открылась, и пятилетняя девочка упала на землю. В результате получила перелом позвоночника. В луна-парке Великого Новгорода аттракцион вообще обрушился. Пострадало 13 человек.

Аналогичные аварии произошли в Киеве, Луганске, Харькове, Москве, Уфе и Бердске Новосибирской области, а также в Лондоне. В Москве в 2004 году получили травмы 16 человек. В Лондоне - 13.

Ужастики «Кровавого туннеля»

Поезд мчался с сумасшедшей скоростью. От пляски обезумевшего пространства перехватывало дыхание. Бесноватые тени бились в вагонные стекла.

- У меня голова кружится, - пожаловалась Гуля.

Казалось, ее услышали. Вагончики остановились. Да так резко, что, если бы не тугая пристежка, можно было разбить голову. Темнота вокруг была такая, что нельзя различить ничего - даже собственной руки.

- Никто не захватил фонарик? - спросил Макс. Вован и Гуля его слышали - вагончики были с открытым верхом.

Внезапно из безглазицы ночи налетел порыв теплого ветра. Он нес с собой запах кладбища. Тяжелый, липкий дух обступал со всех сторон.

Вована стало тошнить. Он застонал.

- Что с тобой? - спросила Гуля.

Но тут застонали где-то в другом месте. Стон этот был глубокий, протяжный, нечеловеческий. Он повторялся через каждую минуту.

- Наверное, спецэффекты, - сказала Гуля. - Но пока не очень страшно. Примитив, триллер третьесортный. Вот только могильный аромат достаточно натуральный.

Между тем Вовану действительно было плохо. Он никак не мог прогнать волну дурноты - в голове словно стучали ржавые тупые молотки.

- Я выйду, - предупредил он и попытался открыть дверь, но у него ничего не получалось. Ремень безопасности, казалось, прирос к телу...

Умерли... от страха

У Макса был с собой перочинный нож. Он попытался перерезать ремень безопасности. Бесполезно. И неожиданно Макса осенило. Он достал зажигалку. Брезент или какой-то другой материал ремня не загорелся, но стал тлеть. Вскоре Макс уже был на крыше вагончика. Если точнее - на ее каркасе. Таким же образом он освободил от пристежки Гулю и Вована. А вот с двумя другими пассажирками это не прошло. Они были мертвы.

- Умерли, как мне кажется, от страха, - поставила диагноз Гуля.

Троица спустилась в темноту. Нужно было как-то выбираться на свободу, на свет июльского дня. Эта примитивная логика была совершенно неопровержимой. Кто знает, какая случилась авария, сколько здесь простоит поезд. Пружина аттракциона была заведена до предела. Вот и лопнула. Никто не знал, что делать: поворачивать назад или же, наоборот, двигаться вперед.

От ужаса у всех троих перехватывало дыхание...

- Если рассуждать логически, надо шагать вперед, - сказал Вован. - Там должен быть какой-то выход.

В этот момент поезд снова рванулся в путь. И теперь ничего не оставалось, как идти вслед за ним. Если он вернется и снова отправится по этому маршруту, то раздавит любителей ужастиков как тараканов - в узком туннеле им не разминуться. А так есть хоть какая-то надежда.

В спертом воздухе что-то мелькнуло и кто-то шлепнул Вована по щеке чем-то холодным, похожим на дохлую рыбу.

- Ай! - завопил Вован, и страх, теперь уже настоящий страх, охватил всю троицу. Потому что и Гуля, и Макс тоже ощутили чье-то прикосновение. Это были костлявые пальцы мертвеца. Они тянулись к горлу...

Аттракцион - дорога в ад?

Макс понимал, что нужно как-то повлиять на ход событий. Он знал хорошо, что чудес не бывает. Но какое это страшное чувство - чувство отчаяния.

- Эй, кто там? - сказал он. - Это все старо как мир. Мы не боимся. - Но в голосе его не слышалось уверенности. Голос словно окоченел.

Тьма немного рассеялась. Стало понятно, что ребята идут по мосту. Откуда-то снизу поднималось багровое сияние.

- Какое-то болото, - сказала Гуля.

Болота бывают зеленые, коричневые, наконец, черные. А это было красным. Очередной спецэффект, решили любители ужастиков.

- А что если мы спустимся с моста? - предложил Макс. Он сам не знал, откуда у него берутся эти слова. - Там нас не найдут. А кроме того, поищем выход. Болото, даже виртуальное, не может сильно отличаться от настоящего. Обычно оно или соединяется

...Австралийский аттракцион из приволжского городка исчез, как прошлогодний снег. В Австралии, по сообщению представителей Интерпола, таких горок ужаса никогда не было. Значит, в роли иностранных виртуальщиков выступили наши, отечественные мошенники, и, надо сказать, мошенники талантливые. Они в розыске. Жаль только, что погибших не вернуть. Гуле, Вовану и Максу чуть ли не каждую ночь снятся их открытые глаза, иссушенные дикой болью и страхом.

А в городке поговаривают, дескать, «австралийцы» - это прислужники козлоногого, что виртуальный туннель - на самом деле дорога в Ад, что недаром для аттракциона был выбран пустырь, где пролились реки крови. Так это или не так, никто толком не знает.

Сергей СТЕПАНОВ.
«Приключения. Тайны. Чудеса».

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Мы попросили поделиться своим мнением по поводу этой, казалось бы, совершенно невероятной истории психолога медицинского центра «Эра», кандидата наук Виталия Доценко:

- Сегодня виртуальность компьютерных игр и целого ряда аттракционов в луна-парках заменяет многим реальную жизнь, и это становится настоящим бедствием, сравнимым с алкоголизмом и наркоманией. Нередко системы жизнеобеспечения этих жертв виртуальности просто отказывают, и человек погибает. Виртуальность мстит. А тем временем безжалостная машина игровой индустрии пожинает на загубленных душах миллиардные прибыли.

Переживания, связанные с виртуальным миром, воспринимаются, как свои собственные, а в кровь выбрасывается адреналин. Этот гормон в обычных ситуациях (например, в спорте) как бы «подстегивает» организм, мобилизует все его скрытые силы, а сам разрушается при движении человека. Но в крови тех, кто участвует в игре или сидит, пристегнутый к скамейке, адреналин застаивается, разрушая нервную систему. Как результат - непоправимые изменения в работе мозга и сердца.

В марте 2005 года обезумевший китаец Ку Ченвэй был приговорен к смертной казни за то, что убил друга, который продал его виртуальный меч - оружие, с которым Ку сражался на виртуальных просторах ролевой игры. Весной 2002 года 21-летний американец Шон Вили пустил себе пулю в лоб из винтовки. Расследование показало, что на этот шаг его толкнул один из аттракционов. В 2004 году Великобританию всколыхнуло чудовищное убийство. 17-летний Уоррен Леблан заманил своего приятеля в парк города Лестера, где и зарезал. На суде заявил, что был одурманен компьютером.

Помолодевший «мертвец»

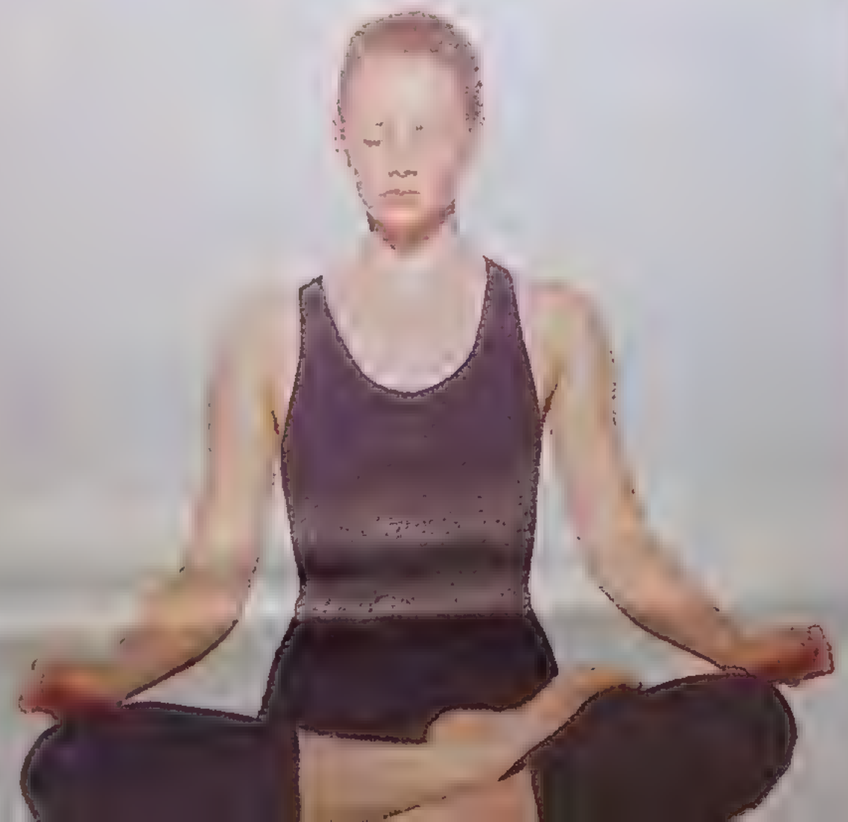
НЕ ОТ МИРА СЕГО

Когда речь заходит о сверхъестественных способностях йогов, ученые разводят руками и признают противоречащий сам себе факт: это невозможно, но это действительно происходит.

- Много веков индийские йоги доказывают, что предел человеческих возможностей лежит далеко за границами наших привычных представлений, - говорит исследователь и писатель Владимир СЯДРО. - С точки зрения современного человека чудеса, которые они творят, относятся скорее к разряду фантастики, так как дать им научное объяснение зачастую невозможно.

С другой стороны, невозможно также не признать того, что большинство рассказов о способностях йогов правдивы, лишь немного [illegible]. Это подтверждено

Йоги - это просто фантастика!



СДВИГ ПО ФАЗЕ

На обед - астральный свет

Статьи об индийском йоге, не принимавшем пищу и воду 70 лет, напомнили мне о подобной истории, которую я читала в книге «Автобиография йога», написанной монахом Парамаханса Йоганандой.

В одной из глав монах описывает встречу с йогиней, которая не принимала пищу и не пила более 56 лет. Монах Парамаханса Йогананда встретил ее возле дома в бенгальской деревне Биур в 1936 году.

Гири Бала жила в крошечной деревушке Биуру, расположенной в глубине округа Банкура в Бенгалии. Интересно отметить, что йогиня хотя и не избегала одиночества (что соответствует положению индийской вдовы), провела жизнь в кругу семьи и друзей. По словам йогини, она любила готовить пищу и угощать ею людей. На вопрос монаха Йогананды, правда ли то, что она ничего не ела и не пила, йогиня ответила: «С двенадцати лет четырех месяцев и до моего нынешнего возраста в шестьдесят восемь лет около пятидесяти шести лет я ничего не ела и не пила».

Неужели йогиня жила без пищи и воды более 56 лет?

Гири Бала рано овдовела, днем занималась делами по дому, а ночью медитировала. Спала очень мало, так как для нее сон и бодрствование были одним и тем же. По ее словам, она не ощущала сезонных перемен погоды и никогда не болела. Она могла управлять работой сердца и дыханием. В юности она часто [illegible]

это было завуалированное благословение, потому как побудило ее встать на духовный путь. Однажды утром свекровь была особо сурова с Гири, и девочка сказала, что больше никогда в жизни не прикоснется к еде. Девочка молила Бога помочь ей, и вскоре после омовения в реке Ганг средь бела дня перед ней материализовался ее учитель, который открыл ей, что был послан Богом. Гуру посвятил Гири в определенную технику, которая включает в себя мантру и дыхательное упражнение. С того дня она начала жить за счет астрального света, и атомы ее тела поглощали энергию из потока Беспредельности.

менного человека чудеса, которые они творят, относятся скорее к области фантастики, так как дать им научное объяснение зачастую невозможно.

С другой стороны, невозможно также не признать того, что большинство рассказов о способностях йогов правдивы, лишь немного преувеличены. Это подтверждено в ходе многочисленных научных экспериментов и наблюдений медиков над последователями загадочного учения. Тогда получается, что человеческие способности на самом деле практически безграничны, но большинство представителей гомо сапиенс не умеют ими пользоваться.

Довольно распространенным является заблуждение, что йога - отдельное течение индуизма. Это не так. Она представляет собой самостоятельное практическое учение, основанное на опыте многих поколений, передаваемом от учителя к ученику. Это особый подход к жизни, базирующийся на вере в тесную взаимосвязь тела и разума, ума и души. Также распространено заблуждение относительно главной цели этого учения. Это не способность ходить по горячим углям, спать на гвоздях и завязывать тело в немыслимые узлы.

Цель йогов - поиск гармонии с собой, внешним миром, природой, космосом. Владение своим телом и развитие сверхъестественных способностей играют важную роль в их жизни только потому, что это помогает сохранить здоровье и высокий жизненный тонус на протяжении всей жизни. Но основными и самыми важными остаются упражнения с сознанием, дающие возможность обуздывать свои страсти и контролировать эмоции.

- Немецкие ученые вывозили индийских йогов в Германию с

целью подтвердить или опровергнуть рассказы о том, что йог может заживо похоронить себя на полгода под землей, - продолжает Владимир Владимирович, - и по истечении срока выбраться из «могилы» помолодевшим и полным сил. Оказалось, такой потрясающий «фокус» действительно встречается в практике йогов. Невероятно, но человек подобно некоторым животным способен впадать в спячку. Правда, сделать это могут только самые «продвинутые» йоги. Некоторое время перед «спячкой» они соблюдают специальную диету, с помощью которой радикально очищают организм. Затем подрезают уздечку своего языка, чтобы он удлинился до таких размеров, что его можно было бы заглатывать. Язык перекрывает дыхательный канал, что позволяет значительно снизить давление. Нос запечатывается воском. И после этого йога помещают в яму или пещеру.

В состоянии «спячки» тело становится неестественно твердым и холодным, что достигается за счет значительного замедления обмена веществ и остальных жизненно важных физиологических процессов. У йогов такое состояние считается высшей формой медитации, во время которой душа находится вне тела, а последнее за это время восстанавливает утраченные с годами жизненные силы.

Также учеными не отрицается способность йогов быстро засыпать, останавливать свое сердце и изменять температуру своего тела.

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Кандидат исторических наук, востоковед Григорий АЛЕКСЕЕВ:

- Во всем мире практикуется йога. И пусть среди них нет достигших таких сверхъестественных высот, как знаменитые индийские мастера, но они умеют жить в гармонии с собой и окружающим миром. А чтобы научиться замечать людей вокруг себя, почаще заглядывать себе в душу и не быть рабом научно-технического прогресса, вовсе необязательно хоронить себя заживо, уметь летать или останавливать сердце.

Экологи от Гименея

Горячо любящих друг друга Майкла Пауэрам Саманту Харисон из Вашингтона объединяет не только желание стать мужем и женой, но и стремление сделать родной город чище. Решив совместить оба этих порыва, жених и невеста начали собирать алюминиевые банки из-под различных напитков. Таким способом они намереваются профинансировать свою свадьбу, на которую по подсчетам влюбленных потребуется не менее 40 тысяч металлических емкостей.

Эта гора алюминия весом пять тонн должна принести будущим молодоженам 3800 долларов. Правда, пока «экологи от Гименея» собрали менее половины нужного количества тары. Но до дня их бракосочетания - 31 августа - еще есть время, и молодые борются за свое счастье и за чистоту города, не покладая рук.

Из журнала «Чудеса и Приключения».

вить пищу и угощать ею людей. На вопрос монаха Йогананды, правда ли то, что она ничего не ела и не пила, йогиня ответила: «С двенадцати лет четырех месяцев и до моего нынешнего возраста в шестьдесят восемь лет около пятидесяти шести лет я ничего не ела и не пила».

Как-то раз богатый махараджа по имени Бурдвана пригласил ее к себе во дворец, чтобы подвергнуть испытанию. Гири Бала согласилась пройти испытание и оставалась в течение двух месяцев под замком в небольшом отделении дворца. Позже она еще раз посетила дворец и оставалась там двадцать дней. Наконец, третье испытание длилось пятнадцать дней. Сам махараджа заявил, что эти три проверки вполне убедили его в том, что она ничего не ест.

Йогиня по просьбе монаха рассказала о своей жизни. С детства она была невероятно прожорлива. В 9 лет она была обручена, а в 12 лет переселилась в дом мужа. За ее прожорливость свекровь постоянно упрекала девочку. По ее словам,

Гири Бала рано овдовела, днем занималась делами по дому, а ночью медитировала. Спала очень мало, так как для нее сон и бодрствование были одним и тем же. По ее словам, она не ощущала сезонных перемен погоды и никогда не болела. Она могла управлять работой сердца и дыханием. В видениях она часто общалась со своим гуру и другими великими душами.

На вопрос, почему она не хочет поделиться секретом, как жить без еды и воды, йогиня ответила, что гуру строго запретил ей разглашать эту тайну, потому как несчастья, голод и болезни являются сотворенной человеком кармой, которые, в конце концов, побуждают человека искать подлинный смысл жизни.

В заключение монах спросил, почему она была избрана быть человеком, который живет без пищи. Йогиня ответила: «Чтобы показать, что человек - это дух. Показать, что благодаря духовному продвижению человек постепенно сможет жить не пищей, а вечным Светом».

www.paranormal-news.ru

ВЕЧНЫЙ ЗОВ

Женщина-маугли сбежала обратно в джунгли

Камбоджийская женщина-маугли, найденная в январе 2007 года, вернулась в лес, так и не сумев за три года приспособиться к человеческому обществу.

Рочом Пнгиен пропала в 1989 году в восьмилетнем возрасте, проведя 18 лет в джунглях, и после неудачных попыток приспособиться к человеческому обществу исчезла в лесу.

За три года пребывания среди людей Рочом Пнгиен не смогла выучить ни кхмерского языка, ни местного наречия. Она не научилась выходить, продолжая ползать или ковылять сгорбившись, отказывалась носить одежду и несколько раз пыталась уйти обратно в лес.

Чудесная находка Рочом в 2007 году и попытки обучить ее жизни в человеческом обществе заинтриговали Камбоджу, где женщину-маугли также называют «девочкой-полуживотным» из-за ее дикого внешнего вида и неспособности разговаривать на человеческом языке, вместо чего она издавала звуки, более напоминающие мычание и рев животных.

Отец винит в исчезновении дочери духов леса. Он также обратился к предсказателю судьбы за помощью в поисках. Колдуну придется заплатить весомый гонорар. Это один дикий буйвол, одна свинья, одна курица и четыре кувшина вина. Без такого подношения дочь найти не удастся, утверждает колдун.

www.paranormal-news.ru

ЖУТЬ

Погода сходит с ума

Новые данные, полученные ведущими мировыми климатологами, удручают.

По всей видимости, 2010 год станет самым жарким за всю историю человечества. Кроме того, он принесет массу разрушений. Как сообщили сегодня ученые из американского Национального центра данных по исследованию снега и льда, уровень арктических морских ледников опустился до рекордно низкой отметки для этого времени года. Каждый день исчезает около 40 тыс. кв. км льда. В последний раз почти так же интенсивно он таял в 2007 году.

Между тем исследователи из Полярного научного центра при университете штата Вашингтон говорят, что объем морского льда в марте 2010 г. оказался на 38% меньше, чем в 1979 г., когда ученые начали регистрировать данные таяния ледников.

Удручающие прогнозы дают и специалисты NASA, которые ведут свои наблюдения при помощи спутников. По словам ведущего климатолога Джеймса Хансена, глобальная температура земной поверхности в ближайшее время может достичь максимума.

В документе, который был представлен в журнале «Обзоры геофизики», Хансен и его коллеги утверждают, что Земля за последние 12 месяцев нагрелась на 0,65 градуса по сравнению с периодом с 1951 по 1980 гг. и что глобальная температура в 2010 г. превысит показатели 2005 г., когда отмечался последний

2010-й станет годом катастроф?

«За последние 12 месяцев среднесуточная температура атмосферы Земли была самой высокой за все предыдущие 130 лет, - сообщил руководитель работ профессор Джеймс Хансен. - А за период январь - апрель 2010 года температура вплотную приближается к абсолютным рекордным показателям. Математические модели показывают, что температура будет расти в предстоящие месяцы и всем нам в Северном полушарии предстоит пережить самое жаркое лето за всю историю современных метеорологических наблюдений».

Согласно выводам ученых, устанавливающаяся жаркая погода является следствием изменений в движении теплых течений Тихого океана, способствующих возникновению климатического феномена, известного как Эль-Ниньо.

МИНИ-СТРАШИЛКА

Мы - на пороге «судного дня»

Историк из Кембриджа Николас Боула посвятил целую книгу анализу истории человечества и построенному на фактах прогнозу на ближайшие несколько лет. Выводы ученого шокируют: человечество окажется на пороге «судного дня» уже в 2014 году.

Профессор из Кембриджа написал целую книгу о том, что в ближайшие годы население Земли столкнется с невиданных масштабов кризисом, сравнить который можно разве что с библейским судным днем. Анализируя цикличность мировой истории, ученый приводит примеры из прошлого и на основании выстроенных закономерностей называет дату предполагаемого наступления «конца света». 2014 год, по мнению английского историка Николаса Боула, станет фатальным для всего населения Земли.

Британское издание Mail Online приводит основные тезисы новой книги кембриджского профессора Николаса Боула, в которой он предсказывает скорый «конец света». Книга «2014: Как пережить следующий мировой кризис» сразу после своего выхода в свет вызвала широкий резонанс как среди обывателей, так и в научных кругах.

Не принимая во внимание мистические календари майя и прочие околонаучные гипотезы, опираясь исключительно на исторические факты, Боул доказывает неизбежность грядущего «апокалипсиса». По мнению ученого, начало каждого века в истории человечества было отмечено судьбоносными для всей планеты катаклизмами. Так, 1618 стал годом начала Тридцатилетней войны, спровоцировавшей

максимума.

В документе, который был представлен в журнале «Обзоры геофизики», Хансен и его коллеги утверждают, что Земля за последние 12 месяцев нагрелась на 0,65 градуса по сравнению с периодом с 1951 по 1980 гг. и что глобальная температура в 2010 г. превысит показатели 2005 г., когда отмечался последний температурный рекорд. Таким образом, приведены данные, опровергающие мнение некоторых ученых о том, что глобальное потепление в ближайшее время прекратится.

Именно из-за высокой температуры поверхности моря на этой неделе начался сезон ураганов в Атлантике, уверяют климатологи. Ожидается, что он будет самым разрушительным за последние годы.

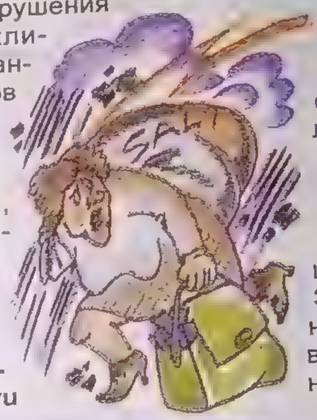
Согласно данным Национального управления океанических и атмосферных исследований США (NOAA), в нынешнем сезоне над Атлантикой ожидается до 23 мощных штормов, 14 из них могут превратиться в ураганы. От трех до семи из них окажутся настолько сильными, что скорость порывов ветра достигнет 200 км. Вероятность того, что такой тайфун обрушится на побережье США, составляет 69%.

А в Европе лето станет рекордно жарким за всю современную историю метеонаблюдений. С таким прогнозом выступили ученые из Национального управления США по аэронавтике и исследованию космического пространства (НАСА).

что температура ... предстоящие месяцы и всем нам в Северном полушарии предстоит пережить самое жаркое лето за всю историю современных метеорологических наблюдений».

Согласно выводам ученых, устанавливающаяся жаркая погода является следствием изменений в движении теплых течений Тихого океана, способствующих возникновению климатического феномена, известного как Эль-Ниньо. В нынешнем году Тихий океан выделяет значительно больше тепла, нежели обычно, что ведет к разогреву нижних слоев атмосферы Земли. Эль-Ниньо также является причиной нарушения традиционного климатического баланса в ряде регионов мира, что ведет к природным катаклизмам, включая наводнения, передает ИТАР-ТАСС со ссылкой на французскую радиостанцию «Европа-1».

www.paranormal-news.ru



мистические ... прочие околонаучные гипотезы, опираясь исключительно на исторические факты, Боул доказывает неизбежность грядущего «апокалипсиса». По мнению ученого, начало каждого века в истории человечества было отмечено судьбоносными для всей планеты катаклизмами. Так, 1618 стал годом начала Тридцатилетней войны, спровоцировавшей десятилетия религиозных распрей в Европе. 1815 год ознаменовался свержением Наполеона, что подарило Европе относительно спокойный век, а начало Первой мировой войны в 1914 году определило трагичность всего двадцатого века.

Описывая в деталях все свои наблюдения, Боул делает вывод, что 2014 год станет определяющим для истории человечества: или люди смогут прийти к общему решению назревающих проблем, или население Земли погрязнет в невиданных масштабов конфликте, выйти из которого, возможно, нам уже не будет суждено.

www.paranormal-news.ru

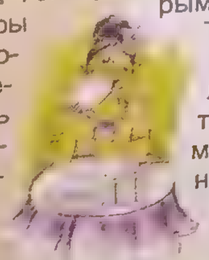
Может быть так, что люди вымрут

В течение ближайших 100 лет люди вымрут - из-за того, что не могут справиться с проблемой глобального потепления. Об этом объявил «квалифицированный ученый» и «эрудит» Франк Феннер, приложивший руку к уничтожению вируса оспы, в интервью одной из австрийских печатных изданий.

Как передает The New Scientist, ученые сходятся на том, что «основным ограничивающим фактором» будет еда: рост народонаселения планеты вместе с «разнузданным потреблением» приведут к внезапному подъему спроса, который невозможно станет удовлетворить из-за климатических изменений.

Однако специалисты расходятся в оценке масштабов грядущего кризиса, и мало кто говорит о вымирании, как это делает Феннер. Тем не менее история знает примеры уничтожения даже очень крупных популяций, отмечает автор статьи Дебора Маккензи, и, если не принять [illegible] человечество ждут неприят[illegible] вопрос только в том, насколь[illegible] передает InoPressa со [illegible] New Scientis.

www.primeinfo.net.ru



АНОМАЛИЯ

Китай: земля вспучивается

Жители города Ченду провинции Сычуань стали свидетелями необычного явления - дорожное полотно вдруг стало вспучиваться, после чего на нем образовались узкие длинные трещины, из которых начала, пенясь, вытекать глинистая грязь. В тот же день вечером вода в местном водопроводе стала желтой, совсем не пригодной для использования.

Это произошло 17 июня примерно в 15 часов недалеко от местного рынка. Лужа из желтой грязи медленно растекалась по тротуару. Люди подумали, что это предвестник надвигающегося очередного бедствия и стали поспешно расходиться. В местных СМИ не было никаких сообщений об этом, поэтому многие местные жители, с которыми связался корреспондент The Epoch Times, ничего об этом не знают.

«Власти не хотят, чтобы СМИ публиковали подобные новости, поэтому те, кто не видел событий своими глазами или не слышал от знакомых, зачастую ничего не знают о них. Когда случается подобное, власти сразу же оцепляют территорию вокруг и вешают табличку с надписью «Ремонт дороги» и никого туда не пускают», - пояснила жительница Ченду г-жа Цзэн.

Никаких объяснений этого явления от специалистов также не было. На одном из сайтов появилось единственное объяснение от рабочего строительного объекта, расположенного рядом с образовавшейся лужей. Он сказал, что это обычное явление, произошедшее в результате строительных работ, что никаких последствий не будет.

Хотя многие пользователи Интернета

Почему власти этот факт замалчивают?

и сказали, что доверяют простому рабочему больше, чем «специалистам», которых обычно привлекает правительство, но высказанные им причины не стали для них полностью убедительными. Некоторые даже выразили мнение, что это новый трюк правительства, которое знает, что их «специалистам» никто не верит, поэтому они использовали «представителя народа».

Многие также вспомнили кадры из известного фильма «2012». «Землетрясения, провалы в земле, засухи, наводнения, ливни, наш виноград в этом году ничего не уродит, так как во время его цветения не было пчел, непонятно, куда они делись. Вот теперь еще желтая вода из земли вытекает. Это все больше и больше напоминает кадры из фильма «2012»», - написал один из китайских блогеров.

В течение нескольких часов на посвященном этой теме интернет-форуме свои мнения высказали около двух тысяч человек. В основном они выразили страх перед предстоящим бедствием.

В настоящее время большинство сообщений исчезли. Скорей всего, их удалил модератор сайта по приказу местных властей, что является обычным явлением в КНР, таким образом власти поддерживают «стабильность» в обществе.

Несколько дней назад в той же провинции Сычуань на трассе города Ченду за один день образовалось, по меньшей мере, 80 ям диаметром около одного метра и глубиной до 30 см.

www.inkognita.ru

У вещей - свой «голос»

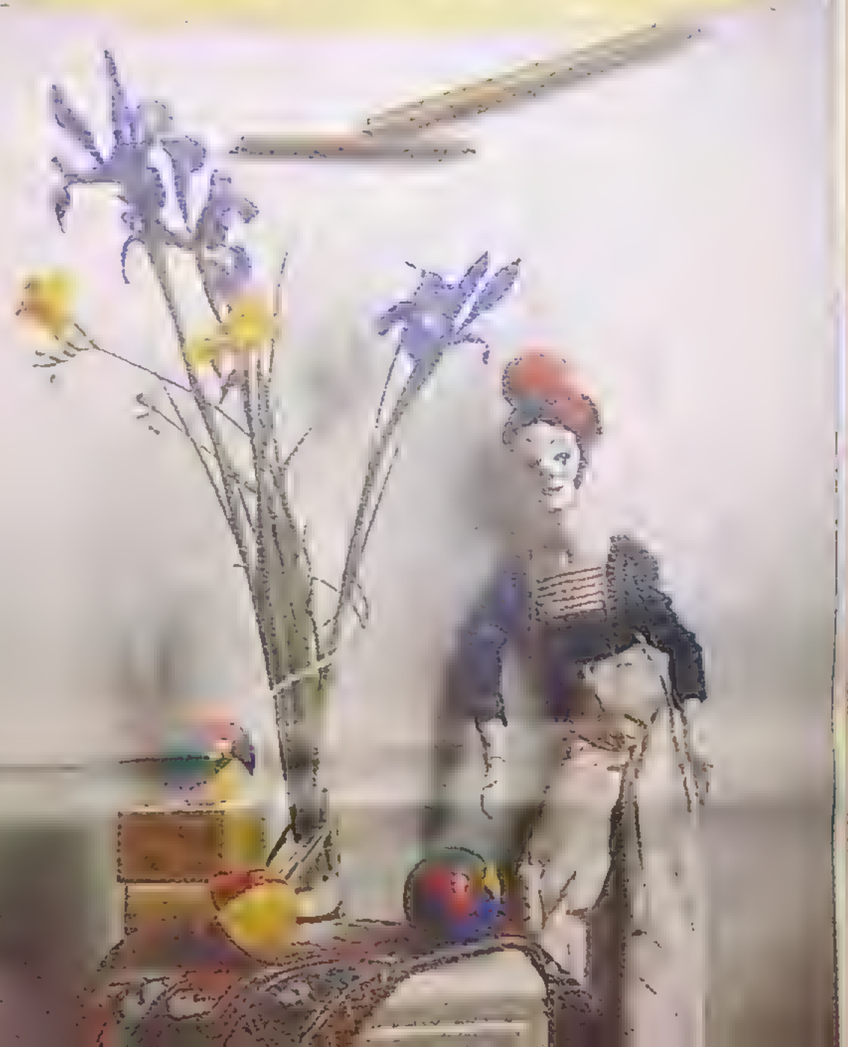
МОТАЙ НА УС

Дорогие «Чудеса»! Дело в том, что я часто захожу и пользуюсь магазинами second hand. Это и понятно: уже на пенсии, стеснена в деньгах. Но разговор о другом. Замечаю, что не все купленные вещи ложатся на душу. Подскажите, как быть?

Ваша старая подписчица Анна Георгиевна Яшина.
г. Н. Новгород.

В повседневном обиходе мы подходим к различным вещам лишь с точки зрения их функциональной пригодности и качества, реже - *красоты. Между тем очень часто они оказывают на нас воздействие, о котором мы и не подозреваем.*

Как его услышать?



Не знаю, как у вас, но у меня

ИМЕЙ В ВИДУ

Оберег для дома

Некоторые предметы домашнего интерьера обладают свойствами оберегов, притягивая удачу и радость.

Но есть и такие, которыми лучше не увлекаться: один-два беды, конечно, не накличут, но собранные во множестве станут источником сильного негатива.

Вещи благоприятные

1. Дерево удачи с разноцветными камнями. Улучшает домашнюю ауру, привлекает деньги, хорошие новости, нормализует настроения домочадцев.

2. Декор с бабочками. Сувенирные булавки с бабочками, прикрепленные острием вниз на шторах, защищают дом от вторжения астральной скверны и незваных гостей, притягивают везение. Изображения бабочек на картинах, тканях, различной утвари подпитывают положительной энергией, поддерживают энергетическое равновесие, улучшают настроение.

3. Декоративная ветвь винограда с ягодами из поделочных камней.

Старинный, считающийся очень действенным оберег средиземноморского происхождения,который сегодня часто продается в сувенирных лавках. Если ягоды из нефрита, гроздь спасает от лицемеров, соблазнов и поспешных решений; если из агата - придает статуэтка будет еще выступать и оберегом материального благополучия семьи.

7. Матрешка. Если у нее четное количество фигурок, то она будет поддерживать денежный достаток, если нечетное - предохранять от непрошеных гостей, сглаза, конфликтов.

8. Различные предметы с народной росписью (Палех, Гжель и др.) снимают нервное напряжение, восстанавливают положительные эмоции. Вообще подавляющее большинство старинных русских узоров обладают различными оберегными свойствами, поэтому интерьер в «деревенском стиле» энергетически более благоприятен.

9. Диванные подушки с вышивкой. Оберегают в доме взаимопонимание, любовь и уют.

Вещи неблагоприятные

1. Изображения и статуэтки хищных птиц. Усиливают тоску, формируют гнетущие мысли, обитателям дома тяжелее преодолевать препятствия.

Самовар - лучшее средство от семейных ссор

2. Искусственные цветы. Если они из ткани, то могут усиливать ссоры и ухудшать самочувствие, из пера - притягивать неприятности, *из пластмассы - убытки, из* бумаги - *плохие известия. Хуже* всего восковые цветы, им в доме вообще не место, потому что они - знак могилы.

3. Камыши и сухоцветы. Притягивают одиночество, страхи, болезни.

пригодности и качества, реже - красоты. Между тем очень часто они оказывают на нас воздействие, о котором мы и не подозреваем.

Не знаю, как у вас, но у меня в комиссионных магазинах всегда возникало какое-то странное ощущение. Нет, не в тех, куда сегодня сдается новенькая упакованная «фирма», а в других - где продавались вещи старые, уже кем-то ношенные. Странное, потому что хотелось быстрее уйти оттуда. Что стоит за этим непонятным желанием? - спрашивал я себя. Может, этот специфический запах законсервированного времени? Может, что-то другое?.. Ответа я тогда не знал.

Теперь специалисты подошли к осознанию причины подобных «комиссионных» ощущений. Дело в том, что мы улавливаем человеческую энергетику, которая «впрессовалась» в старые вещи! Эти вещи несут в себе мысли, чувства и страсти, которые охватывали когда-то их хозяев. Все как бы впечаталось в вещи и создает вокруг них особый фон.

Особенно прочные связи возникают между человеком и «принадлежностями» его тела. Не зря локоны любимых носили в медальонах у сердца. Да и магия испокон веку использовала волосы и ногти человека для того, чтобы на расстоянии воздействовать на него. Поэтому, скажем, далеко не все равно, куда мы выбросим волосы или ногти после стрижки. Если они будут лежать где-нибудь на помойке среди разлагающихся пищевых отходов, то станут угнетать на расстоянии своего хозяина гнилостной энергией, а он будет удивляться вроде бы беспричинному недомоганию.

По этой же причине не рекомендуется фотографировать и хранить фотографии мертвых - у этих снимков очень тяжелая энергетика. Самые лучшие фотографии - это те, которые люди сами умершие. И особенно те, где они в расцвете сил - веселые, здоровые и жизнерадостные. Пусть в нашей памяти они остаются именно такими. Тем более что, если верить различным свидетельствам о «тонком мире», умершие принимают ТАМ именно такой облик.

Но не только накопленной извне энергетикой объясняется магическое действие вещей. Вы не задумывались, почему некоторые вещи очень быстро становятся «своими», а некоторые - никогда? И годами новенькими будут висеть в шкафу или валяться в шкатулке с украшениями.

Интуиция - это голос нашего Духа.

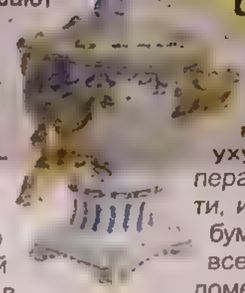
Почему «душа не лежит» к ним с самого начала? Иногда это объясняется тем, что изготовлены они не из «вашего» материала.

Любые металлы, кристаллы, древесина, другие материалы «усваивают» из Космоса и накапливают в себе строго определенные виды энергии. А потом отдают их. Хорошо, если это наша энергия, а если нет? Нам надо успокаивать нервную систему, а мы надеваем золото, окружаем себя хрусталем, которые еще больше возбуждают и стимулируют все процессы в организме. Или наоборот, у нас нехватка энергии, а мы надеваем серебро, которое еще больше ее отбирает.

Иногда любимая вещь (особенно это касается украшений из металлов и камней) вдруг надоедает. Часто это признак того, что организм восполнил нехватку определенного вида энергии и теперь отторгает ее. Как бы говорит: «Спасибо, я уже сыт!».

Далеко не всегда мы эту связь можем понять. Что же в этих случаях делать? Выход есть - положиться на свою интуицию: прислушаться к тоненькому голосу своего внутреннего «я» и почувствовать, подходит ли нам тот или иной материал, форма, цвет, фасон. Не чувствуем ли мы дискомфорта от подаренной или приобретенной вещи? Интуиция - это голос нашего Духа, а он знает много...

семейных ссор



2. Искусственные цветы. Если они из ткани, то могут усиливать ссоры и ухудшать самочувствие, из пера - *притягивать неприятности, из пластмассы - убытки, из бумаги - плохие известия. Хуже всего восковые цветы, им в доме вообще не место, потому что они - знак могилы.*

3. Камыши и сухоцветы. Притягивают одиночество, страхи, болезни.

4. Изделия из гипса. Мешают сосредоточиться на практических делах, уводят человека в мир иллюзии.

5. Маски. Нарушают душевный покой, ослабляют память, физически угнетают.

6. Любые изображения животных с оскалом или открытой пастью. Притягивают к дому злобу, тяжелую энергетику, лишают человека интуиции.

7. Рога животных. Могут стать причиной тяжелых утрат и разлуки с близкими людьми, душевных травм и болезней.

8. Изображения рыб. Могут стать магнитом для сглаза, хотя живые рыбки в аквариуме, наоборот, очищают энергетику.

9. Морские раковины. Иногда провоцируют постоянный возврат к неприятным воспоминаниям, вызывают необоснованные подозрения в отношении родных.

настроение.

3. Декоративная ветвь винограда с ягодами из поделочных камней.

Старинный, считающийся очень действенным оберег средиземноморского происхождения,который сегодня часто продается в сувенирных лавках. Если ягоды из нефрита, гроздь спасает от лицемеров, соблазнов и поспешных решений. если из агата - придает уверенность в собственных силах; если из янтаря - помогает различить друзей и врагов.

4. Самовар. Почаще используйте вместо чайника электрический самовар. Пользование им нормализует домашнюю ауру, нейтрализует семейные конфликты, успокаивает после пережитых неприятностей и стрессов. Собирайтесь вокруг него всей семьей.

5. Картины из крошки самоцветов. Поддерживают оптимизм, защищают от скопления отрицательной энергии. Желающим помогают погрузиться в себя, заново оценить свои возможности и стремления.

6. Фигурка медведя с закрытой пастью. Поставленная на видном месте, она защищает дом от злых чар, выступает помощником в преодолении жизненных трудностей. А если медведь еще и держит бочонок меда, то такая

СОВЕТ МАГА

Мешочек счастья

Всем давно известно, что цвет влияет не только на подсознание и психику человека, но может также корректировать судьбу и саму жизнь. Магию цвета можно использовать в одежде, в интерьере, в бижутерии... В общем все зависит от фантазии.

Древние знахари и целители советовали носить на шее мешочек определенного цвета, в который нужно было положить камень, соответствующий знаку зодиаку. Итак, на какие сферы жизни влияют цвета мешочка?

Белый цвет олицетворяет чистоту и божественную силу. Мешочек такого цвета будет защищать вас от зла, и вы заметите, что люди станут с вами более искренни.

Нося мешочек **синего цвета**, вы станете более спокойны, терпеливы, станете лучше понимать людей, у вас обострится интуиция и повысятся умственные способности.

Зеленый цвет привлечет к вам удачу и здоровье, а также повысит денежное благосостояние.

Желтый мешочек поможет вам очаровывать людей и они вам станут больше доверять.

Оранжевый цвет поможет продвинуться вам по карьерной лестнице.

Нося мешочек **красного цвета**, вы станете более энергичны, смелы, импульсивны и будете чаще одерживать победы.

Розовый мешочек привлечет любовь и укрепит семейные отношения.

Коричневый цвет придаст уверенность в себе, поможет найти верных друзей и найти гармонию со старыми.

Серый цвет избавит от сплетен и поможет разоблачить ложь.

Мешочек черного цвета защитит вас от зла, будет отражать и отсылать обратно наведенное на вас колдовство.

Мешочек золотого цвета рекомендуется носить только мужчинам, так как он поможет циркулировать мужской силе. А серебряный - носить женщинам, так как этот цвет олицетворяет женскую энергию.

«Я вам пишу...»

Уважаемая редакция, перед тем как начать мой рассказ, предупрежу, что сама не была свидетельницей той невероятной истории, о которой хочу вам рассказать. Мне рассказала ее моя мать, которой, в свою очередь, эту историю рассказала ее мать.

Произошло это летом 18... года в далекой нижегородской деревне. Сама деревня стояла посреди леса, окруженная им, словно кольцом, и жители привыкли к лесным обитателям, и их было не испугать ни волками, ни медведями. Пашни и сенокосы доходили до самой кромки леса, на краю его пасли овец и коров. Пасли скот по ночам, чтобы не заел скотину гнус. Пастухами были молодые парни с собаками, отпугивающими всех лесных хищников. Именно летом, в которое и произошел тот случай, стадо пас молодой пастух Федот.

Был он первым гармонистом на деревне, красивый парень, кровь с молоком. В пастухи пошел добровольно: недавно умерла мать, и отец взял в дом молодуху из другой деревни. Уж слишком нескромно смотрела она на парня зелеными, как у кикиморы, глазами, и он решил убраться подобру-поздорову, пока дело до греха не дошло. Пасти стадо ему нравилось - ну и что, что рядом лес. Какой деревенский леса боится? Да и верный друг - рыжий пес - рядом, не впервой им отгонять от коров и овец голодных волков. В общем, живи - радуйся.

Охота на оборотня

Не только радоваться пришлось место, но проклятый огромный волк словно знал, куда пойдут коровы. Не успел Федот расположиться, как зверь на его глазах загрыз овцу и принялся спокойно пожирать ее, исподлобья поглядывая на пастуха горящими зелеными глазами. Федот крикнул, но волк не обратил на это никакого внимания. Собака снова не кинулась на зверя, а отползла в кусты, скуля и повизгивая. Только когда Федот схватился за топор, волк отпрыгнул в сторону и исчез. Из леса раздался его короткий вой, без единственной коровенки. Отец хмуро промолчал, когда Федот сказал о своем решении еще раз идти пасти стадо, а мачеха подкараулила его в сенях и упала на шею, умоляла не ходить на верную смерть, хватала за руки своими тоненькими белыми пальцами в медных кольцах. Кое-как оттолкнул ее Федот и вышел вон.

Как обычно, пригнал он стадо, развел костер, а сам сел у самого леса и стал ждать волка. Как всегда, после полуночи, в темноте сверкнули зеленые волчьи глаза, и большой зверь набросился на стоящую ближе всего к лесу корову. Только на этот раз Федот был начеку - сжав в руке топор, он сам кинулся на волка и отрубил ему переднюю лапу. Страшный, почти человеческий визг наполнил лес, и зверь, прыгая на трех ногах и оставляя кровавый след, исчез в зарослях папоротника. Федот поднял отрубленную лапу и сунул ее в мешок, а потом собрал стадо и погнал его в деревню.

Деревня встретила его горящими огнями и взволнованными людьми. Народ налетел на Федота, крича: «Ступай скорей домой, отцову молодуху кто-то убил!» Федот со всех ног побежал домой и увидел свою мачеху, лежащую на залитой кровью кровати. Одна рука у нее была отрублена по локоть. Рядом сидел отец, сжимая руками поседевшую голову. Толпящиеся

Нечисть из ночного озера

Здравствуйте, уважаемая редакция! Летом каждые выходные мы с двоюродными братьями проводим в деревне и всякий раз купаемся в близлежащем озере. Купания эти случались всегда засветло, потому что еще в детстве бабушка строго внушала нам: купаться ночью нельзя, иначе - беда!

ли подобные развлечения. Но нет - все они вместе с Леной плавали далеко от меня. Что-то дернуло меня за ногу вновь. «Коряга, - попытался успокоить я сам себя. - Или большая рыбина. А, может, водоросли...». И вдруг кто-то под водой дернул меня сильнее. Я ушел под воду и почувствовал, как что-то тянет

ми, и он решил убраться подобру-поздорову, пока дело до греха не дошло. Пасти стадо ему нравилось - ну и что, что рядом лес. *Какой деревенский леса боится? Да и верный друг - рыжий пес - рядом, не впервой им отгонять от коров и овец голодных волков.* В общем, живи - радуйся.

Но только радоваться пришлось недолго. Одной ночью проснулся Федот от рева коров и увидел, как в темноте светятся чьи-то огромные глаза. Он схватил головню и успел разглядеть, как огромный черный волк одним прыжком скрылся в чаще. Несколько коров неподвижно лежали на земле, растерзанные в клочья, а верный пес тихо скулил, ощетинив рыжий загривок, и виновато лизал Федоту руки. Пастух собрал оставшееся стадо и пригнал его в деревню.

На следующий день он погнал стадо на другое

Не успел Федот расположиться, как зверь на его глазах загрыз овцу и принялся спокойно пожирать ее, исподлобья поглядывая на пастуха горящими зелеными глазами. Федот крикнул, но волк не обратил на это никакого внимания. Собака снова не кинулась на зверя, а отползла в кусты, скуля и повизгивая. Только когда Федот схватился за топор, волк отпрыгнул в сторону и исчез. Из леса раздался его короткий вой, и какую-то дьявольскую насмешку услышал Федот в этом вое убегающего волка.

На следующую ночь история повторилась. Волк был словно заколдован - ни одна собака не кидалась на него, ни огонь, ни люди его не пугали. Стадо таяло на глазах, и тогда Федот решил убить волка. Из-за него деревенские боялись показать нос на улицу, и много его соседей осталось

и сунул ее в мешок, а потом собрал стадо и погнал его в деревню.

Деревня встретила его горящими огнями и взволнованными людьми. Народ налетел на Федота, крича: «Ступай скорей домой, отцову молодуху кто-то убил!» Федот со всех ног побежал домой и увидел свою мачеху, лежащую на залитой кровью кровати. Одна рука у нее была отрублена по локоть. Рядом сидел отец, сжимая руками поседевшую голову. Толпящиеся соседи расступились перед Федотом. Он наклонился над кроватью и долгим взглядом посмотрел в глаза - ее глаза, зеленые глаза ужасного неуловимого волка.

Негнущимися пальцами Федот развязал мешок и вытряхнул оттуда тонкую женскую руку, украшенную покрытыми запекшейся кровью медными кольцами.

Настя ДЕМАКОВА.

Из ночного озера

Здравствуйте, уважаемая редакция! Летом каждые выходные мы с двоюродными братьями проводим в деревне и всякий раз купаемся в близлежащем озере. Купания эти случались всегда засветло, потому что еще в детстве бабушка строго внушала нам: купаться ночью нельзя, иначе - беда!

В это лето мы, как обычно, поехали провести выходные в деревне. Мы купались, собирали землянику и грибы, загорали на солнышке, сидели у костра - в общем, развлекались, как и всегда. Единственное, что отличало эти выходные от предыдущих - в нашей компании появился новый человек. Это была девушка одного из моих братьев по имени Лена - непоседливая, заводная девчонка, которую вечно тянуло во всякие авантюры. Именно Лене и принадлежала идея искупаться в озере ночью.

Сначала мы начали отговаривать ее, объяснять, что здесь так не принято - но вы же знаете этих девчонок... «Вы что - боитесь?» - спросила она презрительно и глянула на нас так, что любому уважающему себя парню после такого взгляда симпатичной девчонки полагалось кидаться в озеро, даже если там полно пираний. Мы не нашлись с ответом и нырнули в озерную воду, решив не думать о бабушкином предупреждении.

В первые минуты ночного купания Ленины акции стремительно поползли вверх. Вода была чудесная - теплая, как парное молоко, народу - никого, вокруг тихо, спокойно... Я блаженно плыл на спине и вдруг почувствовал, как кто-то под водой дернул меня за ногу. Сначала я решил, что это дурачится один из братьев - они любили подобные развлечения. Но нет - все они вместе с Леной плавали далеко от меня. Что-то дернуло меня за ногу вновь. «Коряга, - попытался успокоить я сам себя. - Или большая рыбина. А, может, водоросли...». И вдруг кто-то под водой дернул меня сильнее. Я ушел под воду и почувствовал, как что-то тянет меня на дно!

Я с трудом вынырнул на поверхность, выплюнув не менее литра воды, и изо всех сил погреб к берегу - крича: «Уплывайте! Быстро на берег! В воде что-то есть!» Братья и Лена, конечно же, решили, что я их разыгрываю - они продолжали плескаться на середине пруда, отпуская в мой адрес шутки. И вдруг Лена завизжала и ушла под воду; на поверхности появилась Ленина голова, потом снова исчезла... Мои братья, не к чести их будет сказано, бросили Лену и врассыпную бросились к берегу. На свое счастье, Лена хорошо плавала - она все-таки вынырнула и погребла с такой скоростью, будто за ней гналась как минимум акула из фильма «Челюсти».

Уже дома, в деревне, она рассказала, что внезапно ее за ногу ухватило что-то холодное, скользкое, пахнущее тиной. Впрочем, особенно она с нами не разговаривала - никак не могла забыть, что мы ее бросили. Когда наш рассказ услышала бабушка, она только руками всплеснула: «Глупые! Да кто же ночью купается?! По ночам на охоту выходит водяной - рыбки себе наловить, а то и запоздавшегося купальщика на дно утащить. Особенно любит он молодых девушек...» После этих слов Лена истерично разревелась, и мы долго не могли ее успокоить...

Р. СЕРГИЕВСКИЙ.
Н.Новгород.

Душа на обочине

Здравствуйте, уважаемая газета. Всю свою жизнь я провел за баранкой.

Дело было два года назад. Я гнал груженую фуру в Казань один, без сменщика. Вечерело, путь был неблизким, а я уже устал - сил нет, спать хотелось смертельно. Остановился я у шашлычной на дороге подзаправиться, кофе попить - вот тут ко мне и подошла девчонка лет двадцати: блондиночка, вся в кудряшках, хорошенькая, одетая как с картинки. По всему видно - приличная девчонка, не из тех, что на обочинах дорог подрабатывают. Попросилась ко мне в кабину, доехать до Казани, начала плести какую-то историю - но по глазам вижу, что крепко врет. Дай, думаю, подброшу девчонку - поздно, да и место тут нехорошее, мало ли на кого нарвется. Да и скучать и спать мне она точно не даст - будет трещать всю дорогу, как сорока.

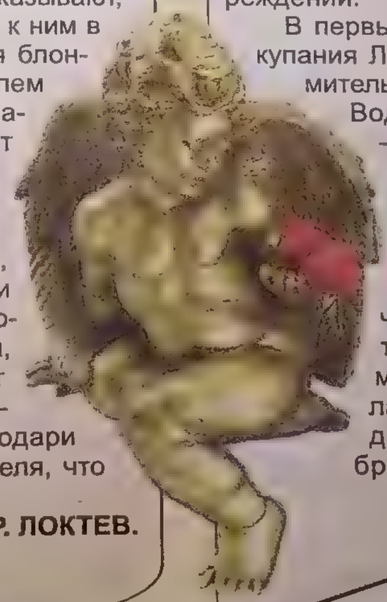
Едем мы вдвоем, попутчица моя и впрямь рта не закрывает - только меня от ее болтовни, наоборот, еще крепче в сон клонит. Голосок у нее негромкий, сладкий - не говорит, а убаюкивает, точно твоя Лиса Патрикеевна. Чувствую, с дремотой бороться не могу, голова клонится к рулю все ниже и ниже... Хотел уже сказать: «Подожди, остановимся, я покемарю малость», - и вдруг яркий свет, гудок, удар... Больше ничего не помню.

Очнулся я оттого, что кто-то по щекам меня бьет. Открываю глаза: лежу я на дороге, вокруг люди сгрудились, фура моя на боку, и девчонки этой беленькой нигде не видать. «А где девочка? - только и смог я выговорить. - Девчушка со мной была - такая симпатичная, белобрысая, в красной курточке... Жива?»

Смотрю - люди вокруг меня посуровели, глаза отводят. Один поморщился, наклонился ко мне и шепчет на ухо: «Не о том ты думаешь, дурак! Лучше бы на дорогу глядел внимательнее - сужается она здесь резко, как бутылочное горло, да еще и на повороте. У нас и раньше здесь куча народа билась. А несколько месяцев назад погибла здесь одна городская девчонка - светленькая такая, в красной куртке, а уж симпатичная или нет - не скажу: перемолотило ее так, что страшно смотреть было. Надо бы ее здесь и похоронить - так ведь нет, понаехали богатые родственнички, увезли в город! С тех пор чуть ли не каждый день - авария, да еще и непременно со смертельным исходом.

Кто выжил - рассказывают, как и ты, что подсела к ним в машину хорошенькая блондиночка, а как за рулем уснули - и сами не заметили. Одни говорят - ерунда это все, а я так тебе скажу: эта та самая девчонка. Не похоронили ее здесь, как полагается, вот и бродит ее душа по обочине, у места смерти, успокоиться не может и других к себе заманивает. Так что благодари своего ангела-хранителя, что жив остался!»

Р. ЛОКТЕВ.



МАГИЧЕСКИЕ ПОДСКАЗКИ

Как прогнать привидение?

Что делать, если в вашем доме поселилось привидение? Собирать вещички и убираться подобру-поздорову.

Или, объявив войну богомерзкому существу, попытаться выжить его с вашей законной территории?

Проделки невидимки

32-летний британский миллионер Анвар Рашид приобрел поместье в Ноттингемшире и поселился в нем с женой и четырьмя детьми. В первый же вечер, когда семья сидела в гостиной, они услышали стук и мужской голос, который спрашивал: «Кто здесь?»

На следующую ночь жену Рашида разбудили какие-то громкие звуки, доносившиеся из гостиной. Войдя в комнату, она обнаружила старшую дочь, сидящую перед телевизором, окликнула ее, велела уменьшить громкость, но девочка даже не повернула головы. Каковы же были удивление и ужас женщины, когда, проходя мимо спальни дочери, она обнаружила, что та мирно спит в своей постели...

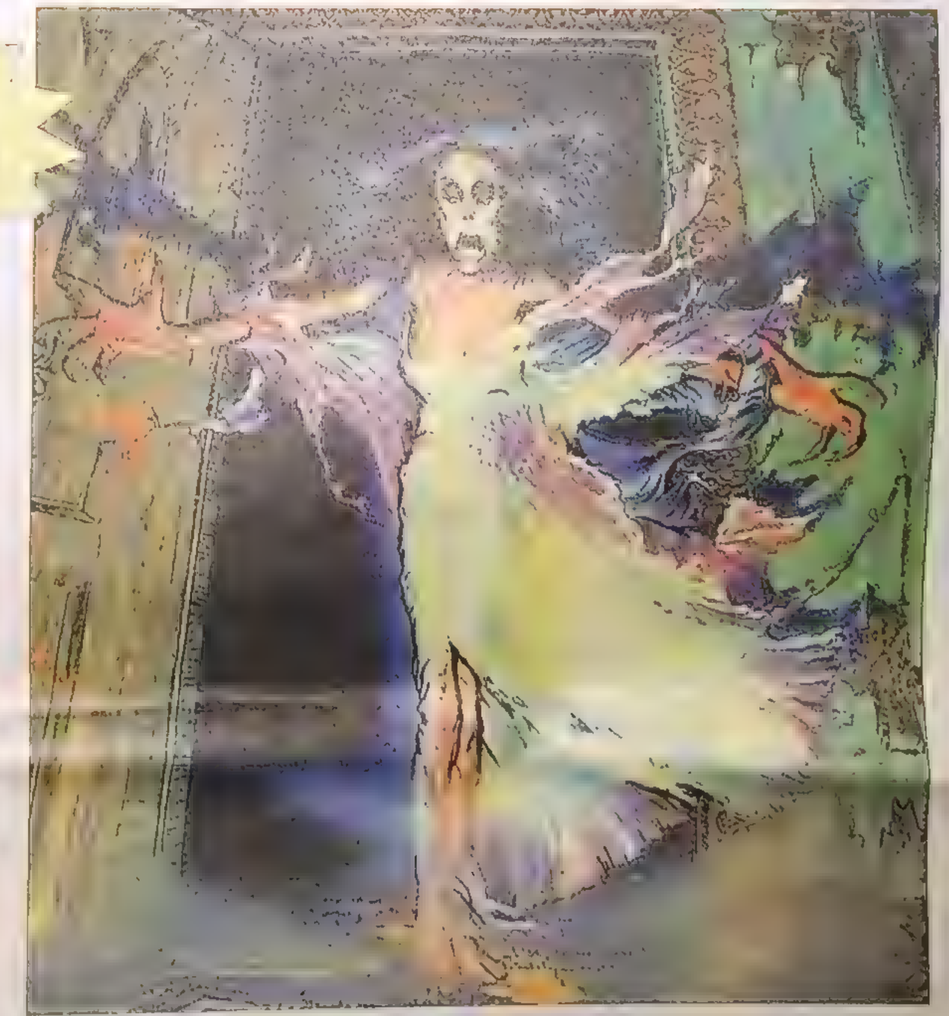
Но окончательное решение о переезде Рашид принял после того, как на пеленках их младшего ребенка появились пятна крови, в то время как на теле малыша не было никаких царапин. В тот же день семья покинула ужасный дом. Однако специалисты полагают, что для начала привидению нужно было объявить войну.

Пуще всего призраки боятся креста, освященной соли и вербы.

Готовимся к сражению

Пуще всего призраки боятся креста и крестного знамения, святой воды, освященной в церкви вербы и соли. Если подозреваете, что в вашем доме творится что-то неладное, пригласите в дом священника и попросите освятить помещение. Скорее всего, после этой процедуры бестелесные существа уберутся восвояси.

Для изгнания нечисти подойдет и такой ритуал. Возьмите большую плоскую тарелку или поднос, на него поставьте три белых стакана с освященными в церкви солью, сахаром и водой. В период с 18 до 21 часа возьмите поднос в руки и обойдите дом (каждое помещение в нем) против часовой стрелки. Бросьте в каждый угол по щепотке соли и сахара, затем сбрызните их святой водой. Идеально, если вы сделаете это в пятницу на убывающей луне. Через три дня рассыпан-



Обряд с тремя луковицами

Очистите три маленькие луко-

Обряд с осиновыми

знакомых. Воду вылейте и идите домой, не оборачиваясь.

Призрак-помощник

Согласно народным поверьям, духи, призраки и привидения относятся к человеку враждебно. Они могут напугать, заманить, лишить памяти, наслать болезни. На самом деле призраки редко наносят вред человеку. Они просто живут своей собственной жизнью, иногда попадаясь нам на глаза.

Крайне редко, но случается, что призраки, поселившиеся в доме, помогают его обитателям. Подобно домовым, они становятся хранителями домашнего очага, а иногда даже спасают жизнь его обитателям.

Москвичи Ольга и Павел давно подозревали, что в их старой квартире, которую они купили два года назад, кроме них двоих живет еще кто-то третий. Только этот третий им вовсе не докучал, жизнь не портил и вообще вел себя вполне прилично. Пару раз погремел ночью кухонными шкафами, так Оля утром поставила бывшему хозяину (а по словам соседей, это был именно он) на пол кашу с маслом и кусочек хлеба, а заодно попросила больше не шуметь.

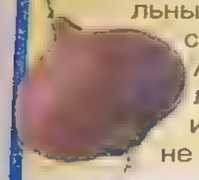
С тех пор призрак вел себя смирно, а когда у Оли и Паши роди-

ребенка появились пятна крови, в то время как на теле малыша не было никаких царапин. В тот же день семья покинула ужасный дом. Однако специалисты полагают, что для начала привидению нужно было объявить войну.

Обряд с тремя луковицами

Очистите три маленькие луковицы и повесьте в разных местах вашего дома (квартиры). Например, одну в коридоре, другую в спальне, третью на кухне. Только развешивать их надо не как вздумается, а специальным способом.

Проткните луковицу толстой иглой с красной нитью и завяжите нить петлей вокруг луковицы. В таком виде луковки должны висеть семь дней и ночей. Затем их следует снять, положить каждую на отдельный листок чистой бумаги, сильно посолить и сжечь. А можно, связав их в узелок, выбросить в реку или ручей и быстро уйти, не оглядываясь.



Для изгнания нечисти подойдет и такой ритуал. Возьмите большую плоскую тарелку или поднос, на него поставьте три белых стакана с освященными в церкви солью, сахаром и водой. В период с 18 до 21 часа возьмите поднос в руки и обойдите дом (каждое помещение в нем) против часовой стрелки. Бросьте в каждый угол по щепотке соли и сахара, затем сбрызните их святой водой. Идеально, если вы сделаете это в пятницу на убывающей луне. Через три дня рассыпанные соль и сахар сметите на совок, соберите в любую емкость и закопайте где-нибудь в лесу или поле.

Соль, сахар и святую воду можно заменить сушеным горохом. Разложите по 21 горошине в каждом углу дома, двигаясь от входных дверей против часовой стрелки. Через три дня горох соберите, отнесите подальше от дома и сожгите. Главное, чтобы он нигде не пророс.

Обряд с ладаном и свечами

Посчитайте количество углов в квартире, включая туалет, ванную комнату и балкон (если он застеклен). Купите в церкви ладан и столько свечек, сколько насчитали углов. Сделайте в квартире (доме) генеральную уборку, избавьтесь от ненужного хлама, вымойте полы. Окурите ладаном (при закрытых окнах) все углы, шкафы и кладовки. И, наконец, проветрите помещение.

После того как весь дым от ладана выветрится, закройте все окна и форточки, расставьте купленные свечи по углам. Если угол занят мебелью, проведите мысленно прямую линию от угла и поставьте свечу на свободное место. Свечи закрепите так, чтобы они не упали (подойдут любые подставки, стаканы, подсвечники и даже пластилин).

Подойдите к первой свече, зажгите ее и прочтите молитву «Отче наш». Затем перейдите к следующей свече и проделайте то же самое, но молитву читайте не для галочки, а от души.

Периодически обходите квартиру и следите за тем, чтобы свечи не упали и не потухли. Если это случится, прочтите «Отче наш» 3 раза и лишь затем снова зажгите свечу. Если свечка упадет или потухнет вновь, прочтите «Отче наш» 9 раз (3 х 3) и вновь ее зажгите.

Если та же свеча потухнет в 3-й раз, прочитайте молитву 27 раз (9 х 3), затем вновь ее зажгите. Свечи должны догореть не до самого конца, оставьте небольшой огарок размером 1-2 см. Затушите все свечи мокрыми пальцами. Но ни в коем случае не дуйте на них.

Все огарки соберите в бумагу и в течение 24 часов закопайте неглубоко в землю, в местечке, расположенном по прямой линии от вашего подъезда (входа в дом), а вот расстояние не имеет значения.

Этот обряд нужно провести трижды, с интервалами не больше двух недель.

Обряд с осиновыми ветками

Чтобы очистить дом от призраков и прочей нечисти, в первое воскресенье месяца нарвите осиновых веток, а в понедельник заварите их в ведре. Когда вода закипит, прочитайте над ней 12 раз такой заговор: *«Матерь Божья, вспомни свой дом, где ты родилась, где жила, почивала, по утрам с молитвою вставала, где ела, где пила, где знамение ждала. Благослови мой дом во спасенье, от всякой скверной порчи на избавленье. Ради крова твоего отчего помоги, дом мой, Богородица, благослови. Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Аминь».*

Затем дайте воде остыть и вымойте ею сперва окна, затем двери, пол, а в конце порог и крыльцо дома (если оно есть). Потом переоденьтесь в одежду одного цвета и отнесите ведро с оставшейся после мытья водой на перекресток. По дороге к перекрестку молчите, не отвечайте даже на приветствия

прилично. Пару раз погремел ночью кухонными шкафами, так Оля утром поставила бывшему хозяину (а по словам соседей, это был именно он) на пол кашу с маслом и кусочек хлеба, а заодно попросила больше не шуметь.

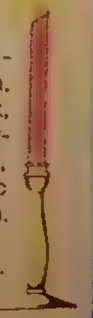
С тех пор призрак вел себя смирно, а когда у Оли и Паши родилась Аришка, стал даже помогать молодым родителям. То кроватку ночью покачает, если уставшие родители не могут голову с подушки оторвать, то затерявшуюся игрушку найдет и в манеж подбросит.

Но однажды случилось и вовсе невероятное. Оля с Аришей в то утро пошли погулять во двор, а Паша, только что вернувшийся домой после ночной смены, поставил на плиту чайник, прилег отдохнуть, да сам не заметил, как заснул. Молодой человек проснулся от того, что мужской голос очень внятно сказал ему: «Чайник!» Забежал на кухню - и вовремя. Вода давно уже выкипела, кухня была полна дыма и гари. Еще немного, и вспыхнул бы пожар.

Так что, если в вашем доме поселилось привидение, не торопитесь спасаться бегством и объявлять бесплотному существу войну. Попробуйте для начала с ним подружиться. Вдруг получится?..

Из газеты «Ступени Оракула» (№ 8, 2010 г.).

Свечи и святая вода



Обойдите все комнаты по очереди. Сначала со свечой - против часовой стрелки, а потом, окропляя углы святой водой, - по часовой стрелке. Особое внимание обратите на углы, окна, двери, зеркала и кровати. Водой нужно окропить, кроме них, двери, зеркала и кровати. Водой нужно окропить, кроме них, еще и вещи, висящие в шкафах. Обходите первую комнату-дверь закрываете, потом все остальные так же. Потом кухню, ванную и прихожую, заранее приоткрыв входную дверь (с нее предварительно надо снять все иконы, обереги и пр.). Желательно читать при этом «Отче наш».

Закончили? По тому же принципу работайте со святой водой. Двигайтесь по часовой стрелке, не забывая зеркала, кровати, двери, шкафы. Не торопитесь, думайте, зачем вы это делаете: от обряда ради галочки толку не будет. По окончании процедуры воткните в дверной косяк иглу, предварительно зарядив ее таким способом: покатайте иглу в ладонях, говоря при этом: *«Я заряжаю эту иголку светом и любовью, чтобы ни одна темная энергия (ни родовая, ни родственная, ни чужеродная) не вошла в нашу семью, в наш дом».*

Через месяц иглу нужно вынуть, вымыть проточной водой и снова зарядить, и т. д.

Реклама. Москвичев А.Г. ОГРН 306526020000017

Магические книги

Книги с практическими рецептами магии для самостоятельного применения

ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ
Самоучители магии для начинающих. Приемы проведения магических ритуалов. Практика колдовства
Астральные путешествия. Амулеты и талисманы. Практические самоучители магии помогут начинающим овладеть действующими методиками.

ЛЮБОВЬ
Сильнейшие привороты и отвороты. Древнейшие любовные ритуалы и заговоры. Приворотные эликсиры и заклинания.

ЗАЩИТА
Мощнейшие практические приемы и способы наведения или избавления от порчи, сглаза, помещенные в книгах, легко доступны для самостоятельного применения.

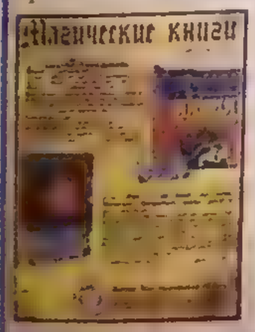
ДЕНЕЖНАЯ МАГИЯ
Практические, выполнимые рецепты привлечения денег, удачи, успеха

Гадания на игральных картах. Хиромантия. Нумерология. Карты Таро. Руны. Гадания на косточках, воде, чае, кофейной гуще.

Приемы и способы гипнотического воздействия. Эриксоновский гипноз.

Обряды проведения магических ритуалов, наведение порчи, вызов духов, общение с демонами, наказание обидчика.

Заклинания и заговоры на обретение богатства, удачи, любви, здоровья и благополучия. Исцеление молитвами.



КАРТЫ ТАРО, РУНЫ, МАЯТНИКИ, РАМКИ И МАГИЧЕСКИЕ СВЕЧИ. ВСЕ ВИДЫ ОККУЛЬТНОЙ, МИСТИЧЕСКОЙ, ЭЗОТЕРИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ

с подробными описаниями книг Вы можете получить по почте. Для этого ОБЯЗАТЕЛЬНО ПРИШЛИТЕ В ПИСЬМЕ КОНВЕРТ с марками и Вашим адресом.

603132, Нижний Новгород, а/я 445 А-98

Продажный человек
Награда
Военный корабль
Разведчик
Христианский духовный сан
А.Демьяненко у Л.Гайдая
Чернорабочий в Ю-В. Азии
Гнет
Стрелочка на экране компьютера
Кредитно-финансовое учреждение
Татаро-монгольское формирование
Мели... твоя неделя
Полудрагоценный камень
Штраф
Грабеж
Склад оружия
Сидит у речки с удочкой
Равновесие
Старый бальный танец
Континент
Стеклянный сосуд
Спортивный снаряд
Двое, действующие сообща
Конный экипаж
Старинное жилище якута
Решительное наступление
Денежный знак
Жилище зверя
Государство в Западной Африке
Музыкальный духовой инструмент
Роскошь
Часть лица
Изъян
Деталь железной дороги
Низкий бас
Напиток
Родня Змею Горынычу
Сарай для снопов

Составил Ю. ВИНОКУРОВ.

ВЫХОД В СВЕТ

«Морфей» №15

23 июля вышел в свет очередной номер

Обряды на Ильин день

С Ильиным днем в народе связано множество обычаев, традиций и примет.

(имя больного) все недуги и болезни. Во имя Отца, и Сына, и Святого Духа. Аминь».

Если же больны вы сами, то попросите любого близкого человека провести для вас этот ритуал. Но запомните, что тот человек, который будет выполнять ритуал, должен

реклама

ВЫХОД В СВЕТ

«Морфей» №15

23 июля вышел в свет очередной номер газеты «Морфей»

«ЯГОДНАЯ МАГИЯ»
От каких бед уберегут черника, смородина и облепиха?

«ВМЕСТЕ НАВСЕГДА»
Почему во время венчания молодым нельзя оборачиваться назад?

«ПОДАРОК ОТ БУРЕНКИ»
Помириться с любимым поможет особый «молочный» заговор...

«ПОСТУЧАЛА ВЕШЬМА В ДВЕРЬ...»
Сновед «Морфея» разгадывает ваши сны.

Читайте в следующем номере газеты «Приключения. Тайны. Чудеса»

«ПРИШЕЛЬЦЫ УКРАЛИ НАШ ЛУНОХОД?»
Неужели при его создании использовались внеземные технологии?

«ПРЕЗИДЕНТ-ПРИЗРАК»
Зачем Авраам Линкольн после своей смерти навещал Белый дом?

«ВСПЛЫЛ... ЧЕРЕЗ 80 ЛЕТ»
Почему «Титанику» не лежится спокойно на дне морском?

«СОКРОВИЩА ЦАРЯ БЕРЕНДЕЯ»
Кто охраняет легендарную «золотую карету» в топях нижегородских болот?

Обряды на Ильин день

С Ильиным днем в народе связано множество обычаев, традиций и примет.

Грозный, карающий, но в то же время щедрый, наделяющий, он - распорядитель самых страшных и благодетельных сил природы.

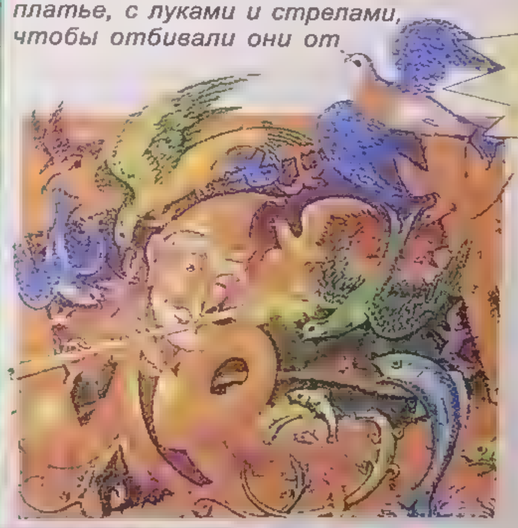
К святому Илье обращались с абсолютно разными просьбами: ему молились и о защите от ружейных ран, об удаче на охоте, об излечении от тяжелых болезней, о защите домочадцев от колдовства и так далее.

Если в вашей семье кто-то тяжело болен, то в день Ильи-пророка, который, кстати, отмечается 2 августа, уложите страждущего на кровать, застеленную чистой белой простыней, встаньте рядом и, крестя больного ореховой веточкой, смоченной в святой воде, скажите вслух 3 раза заговор: *«Пойду я, раб(а) Божий(ья), на восточную сторону, к морю-океану. Помолюсь я у океана славному Илье-пророку: святой пророк, пошли тридцать ангелов в златокованном платье, с луками и стрелами, чтобы отбивали они от (имя больного) все недуги и болезни. Во имя Отца, и Сына, и Святого Духа. Аминь».*

Если же больны вы сами, то попросите любого близкого человека провести для вас этот ритуал. Но запомните, что тот человек, который будет выполнять ритуал должен перед этим поститься 3 дня.

2 августа также приносили дары Илье-пророку, чтобы он целый год был милостив ко всей семье. Для этого хозяин дома должен собрать в небольшую корзинку угощения для святого. Это может быть фрукты, овощи, орехи, мед, молоко, выпечка, одним словом, сгодится все, кроме алкоголя. Затем корзину с подарками прикрыть белой чистой тканью и сказать вслух 3 раза: *«Святой праведник, сын небесный, Илья-пророк, собрали мы тебе угощения-подарки, с поклоном предаем их тебе и детям твоим. Во имя Отца, и Сына, и Святого Духа. Аминь».*

Затем в этот же день угощения раздайте бездомным, малоимущим и детям. Но отдавайте вкусности со словами: «За заступника нашего - Илью-пророка!»



С какими просьбами и как можно обращаться к Илье-пророку?

Властен Илья-пророк не только над людьми, но и над духами тьмы. По легенде в свой праздник святой мечет свои огненные стрелы в нечисть и колдунов. А вот нечисть, чтобы обхитрить пророка, превращается в различных зверей - зайцев, лисиц, кошек, собак. Поэтому в Ильин день установился обычай не пускать в дом и не приближаться к дворовым животным.

И еще в Ильин день категорически запрещено купаться, так как нечисть может утащить неосторожного купальщика на дно.

Рекламное агентство
Телефон (831)434-88-20, **факс** (831) 434-88-22
e-mail: reclama@gmi.ru
За достоверность рекламной информации ответственность несет рекламодатель

Служба продаж
Телефоны: (831) 275-98-68, 275-97-53, 275-97-54,
e-mail: sales@gmi.ru

Служба экспедирования и перевозок
Телефон (831) 434-90-44; **e-mail:** dostavka@gmi.ru

«ПРИКЛЮЧЕНИЯ. ТАЙНЫ. ЧУДЕСА»
№ 15 (375), июль, 2010 г.

Подписные индексы 40853, 16548
Главный редактор В.И. УРУСОВА, **телефон** (831) 432-98-13
Учредитель ЗАО «Издательство «Газетный мир»
Издатель ЗАО «Издательство «Газетный мир»
Адрес издателя и редакции:
603126, Н.Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1 www.gmi.ru

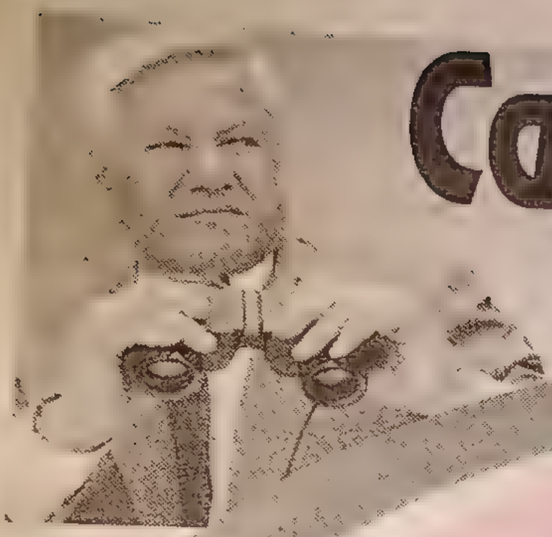
Газета зарегистрирована Министерством РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ №77-14431 от 20 января 2003 г.

Подписано в печать 15 июля 2010 г. в 16 часов (по графику - в16 часов).
Дата выхода в свет 27 июля 2010 г.
Тираж 104 314 экз. Заказ № 2814.
Цена договорная.

Отпечатано в ЗАО «Прайм Принт Нижний Новгород».
603600, Н.Новгород, ул. Литвинова, 74.

Распространение в Республике Беларусь ООО «Арго-НН». Адрес: 220030, г. Минск, ул. К.Маркса, д.15, офис 313, тел. 328-68-46. Подписной индекс РУП «Белпочта» 40853

Газета распространяется в городах: Абакан, Архангельск, Балаково, Барнаул, Белгород, Братск, Брянск, Волгоград, Волгодонск, Вологда, Иваново, Ижевск, Йошкар-Ола, Калининград, Киров, Курган, Мурманск, Нальчик, Нарьян-Мар, Кострома, Нижний Тагил, Оренбург, Орел, Петрозаводск, Пермь, Псков, Пятигорск, Ростов-на-Дону, Рязань, Саратов, Северодвинск, Ставрополь, Сургут, Тамбов, Чебоксары, Новочебоксарск, Владимир, Ухта, Чита, Элиста, Ярославль.



Сам себе – ясновидящий

Стр. 3

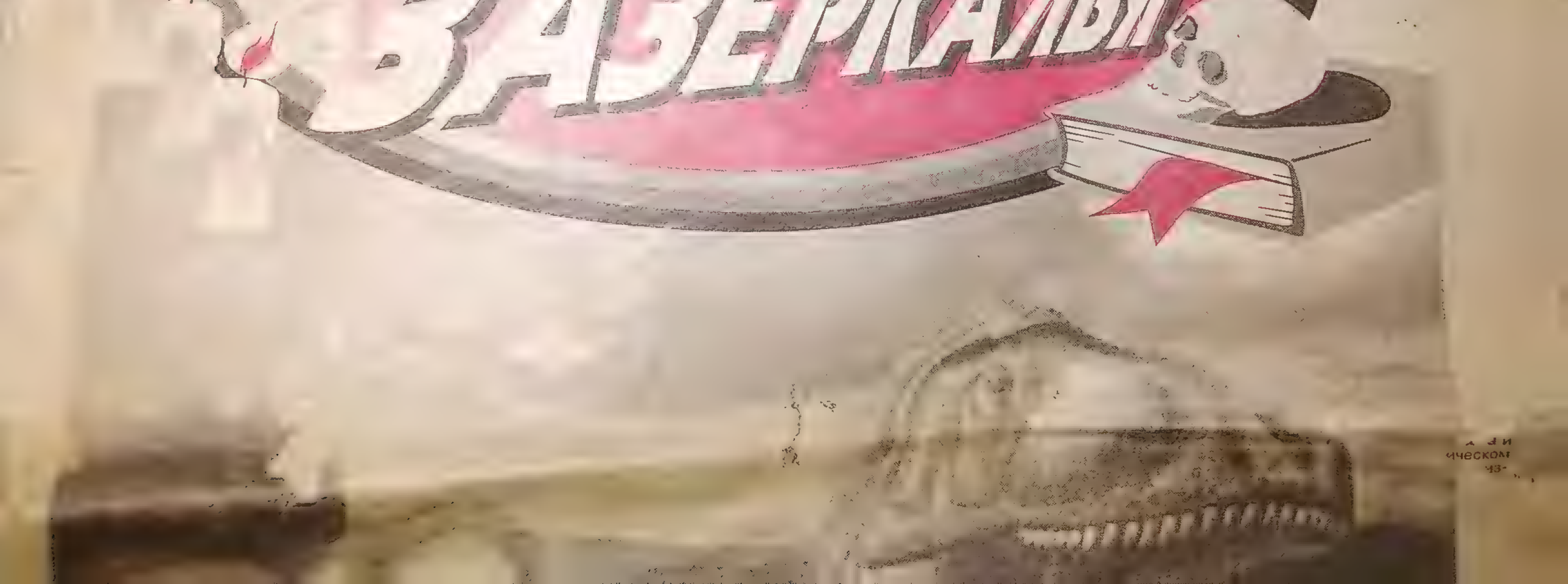
Сайнов вокруг нас

Мир – зазеркалье

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ
Мир новостей

№14(34),
июль
1999 г.

2-42



В копилку любознательных стр. 10

Зловещие тайны зеркал

По следам монстров стр. 5

Нашествие динозавров

На грани контакта стр. 2

Внеземные датчики в теле человека

ВНЕЗЕМНЫЕ ДАТЧИКИ В ТЕЛЕ ЧЕЛОВЕКА

Несколько лет прошло с тех пор, как пятерым людям, пострадавшим от встреч с инопланетянами, сделали операции по извлечению из их тел вживленных пришельцами устройств. И вот теперь они, один мужчина и четыре женщины, решились наконец-то рассказать о своем ужасном опыте.

Доктор Роджер Леир, врач-ортопед, основатель американского фонда FIRST (фонд интерактивных исследований и космической технологии), и Деррел Симс, дипломированный гипнотерапевт, сооснователь FIRST, 27 лет занимающийся проблемами, связанными с НЛО (его самого один раз похищали пришельцы), совместно с группой известных хирургов провели несколько операций по удалению имплантантов, внедренных в тела землян пришельцами.

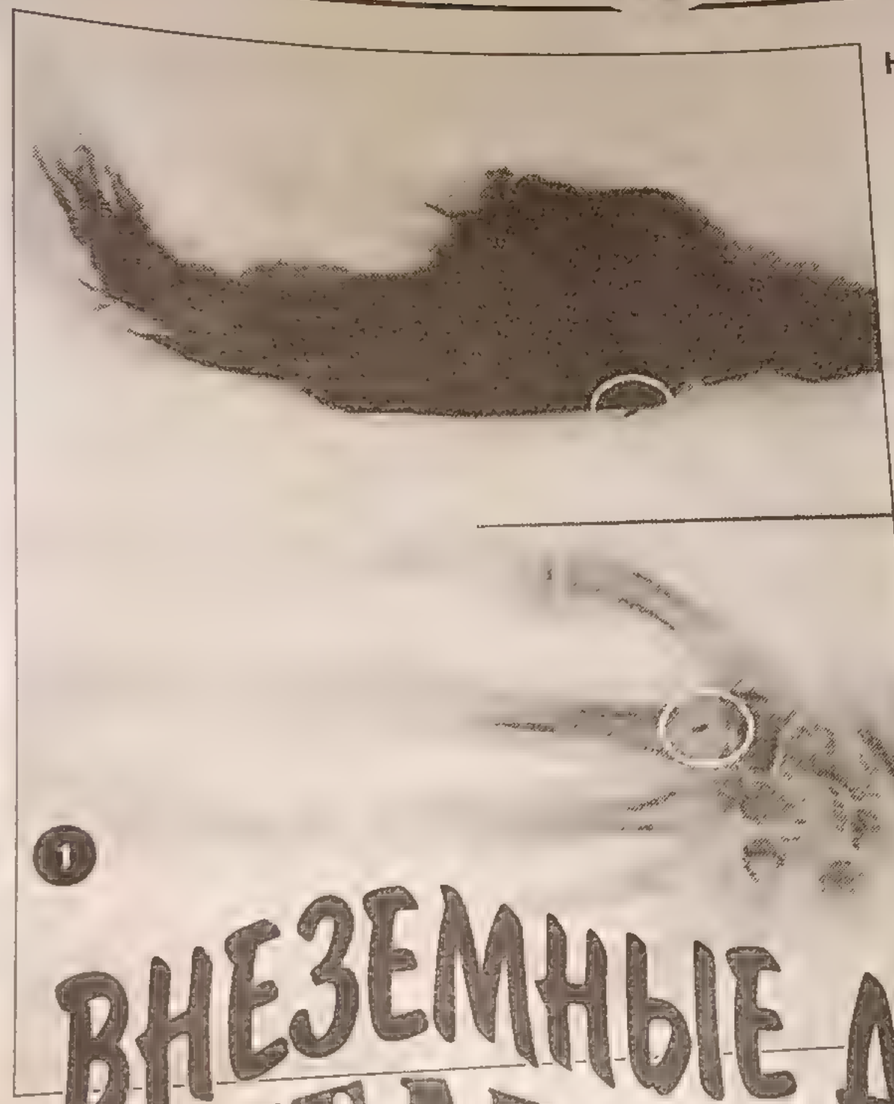
Первая серия таких операций состоялась 19 августа 1995 г. в клинике доктора Роджера Леира в американском городе Таузенд-Окс, штат Калифорния.

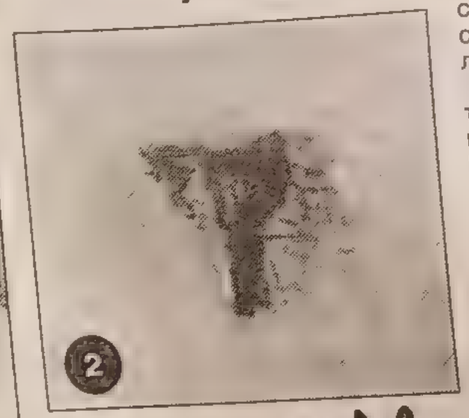
У 47-летнего жителя Хьюстона, штат Техас, Пэта Парринельо и 52-летней Мери Джоунс (имя изменено), тоже из Техаса, с помощью рентгена были обнаружены вживленные предметы, при этом им раньше не делали никаких хирургических операций.

Сначала они попали на прием к доктору Деррелу Симсу, директору Хьюстонского центра исследований НЛО, который направил их к доктору Леиру на операцию. Из внешней стороны левой кисти Пэта вырезали один имплантант (*фото 1*), а из большого пальца правой ноги Мери – два (*фото 2*). Обе операции были засняты на видеокассету.

Эти имплантанты сначала исследовали два разных патологоанатома, а потом для более всестороннего анализа их отправили в несколько независимых научных лабораторий страны.

Пока проводились исследования этих необычных образцов, 18 мая 1996 г. были сделаны еще две операции – 61-летней Дороти О'Хара из Пальм-Спрингс, Калифорния, и [illegible] Элис Ливи из Ньюберри-[illegible] тоже Калифорния. Из левых [illegible] пациенток были вырезаны [illegible] имплантанты. А в январе [illegible] из ступни 37-летней Ли[illegible] из Сьерра-Мадре, [illegible] встречалась [illegible] извлекли





металлический, предмет, извлеченный из пальца Мери, был похож на букву «Т» и имел размеры около 0,5 см с каждой стороны; второй поменьше и сделан из того же материала. Из руки Пэта вырезали предмет размером 4 на 2 мм. Все они находились внутри очень плотных и жестких мембран серого цвета, которые состояли из на[illegible] белок, коагулянта,

В результате двух следующих операций извлекли имплантанты, которые не обладали характеристиками металла. Сферические, беловатого цвета предметы не были покрыты, как в первом случае, твердой биологической оболочкой и не источали свет под воздействием ультрафиолета. Эти имплантан[illegible] биологические, так-

1997 г.) Деррел Симс так прокомментировал отсутствие реакции отторжения и воспаления: «Похоже, твердая мембрана является поверхностной кожей самого человека. Это означает, что металлические предметы перед имплантацией были сначала обернуты человеческой кожей. Потом в этой роговой [illegible]

время его встречи с НЛО в 1954 г., когда ему было всего 6 лет. Он гулял в поле, когда увидел НЛО – круглый предмет размером с баскетбольный мяч. Мальчик повернулся, чтобы убежать, и в этот момент «мяч» взорвался и осколок попал ему в руку. Мери Джоунс считает, что металлический предмет ей, скорее всего, имплантировали в 1969 г. В тот год она дважды видела НЛО. Первый раз она встретила неопознанный летающий объект, когда путешествовала с семьей на автомобиле и была беременна третьим ребенком. Второй раз она встретилась с НЛО дома: через месяц после рождения сына, ночью.

Дороти О'Хара и Лиция Дейвидсон заявили, что не имеют представления, когда им имплантировали эти инородные предметы.

Элис Ливи сообщила, что обратила внимание на какую-то опухоль на ноге вскоре после встречи с НЛО в Сан-Диего в 1993 г.

Если инопланетяне имплантировали эти предметы в тела похищенных ими людей, то возникает вопрос: знают ли похитители, что их жертвам сделали операции?

Теперь, когда имплантанты удалены, будут ли инопланетяне и дальше интересоваться этими людьми? Все, кроме Мери Джоунс, отвечают на этот вопрос: «Да!» Элис встретилась с инопланетянами через два месяца после операции.

– Я рано легла спать, так как сильно разболелась голова, – вспоминает Элис. – Муж потом рассказал мне, что он проснулся в час ночи, поскольку в нашей спальне стало светло, как днем. Он посмотрел на часы и повернулся ко мне... но меня в постели не было! Странно, но он снова лег и сразу заснул. На следующий день я чувствовала себя совершенно разбитой. Что произошло ночью, я не помнила. Наша собака в некоторых местах в доме отчаянно царапала когтями, будто там пряталось что-то страшное.

Изменилось ли у этих [illegible] ношение к НЛО после [illegible] ними произошло? Пэт [illegible] что до операции не [illegible] эту чертовщину [illegible] похищениями [illegible] тил, что [illegible]

...и из Ньюберри-... также Калифорния. Из левых ... обеих пациенток были выреза... похожие имплантанты. А в янва... г. из ступни 37-летней Ли... Дэйвидсон из Сьерра-Мадре, которая неоднократно встречалась с НЛО и пришельцами, извлекли очень необычный предмет, похожий на стекло.

— Природа обнаруженных нами чужеродных предметов весьма необычна, — заявляет доктор Леир. — Ни у одного пациента не наблюдалось никакого воспалительного процесса. Это странно, поскольку в таких случаях всегда происходит отторжение, начинается хроническое воспаление.

В патологоанатомических отчетах о двух первых операциях отмечено следующее: первый, на вид похож на букву «т» и имел размеры около 0,5 см с каждой стороны; второй поменьше и сделан из того же материала. Из руки Пэта вырезали предмет размером 4 на 2 мм. Все они находились внутри очень плотных и жестких мембран серого цвета, которые состояли из напоминающего белок коагулянта, гемосеридина и чистого кератина, то есть мембраны по составу походили на наружный слой кожного покрова человека. Кроме того, в этих биологических «коконах» были обнаружены проприоцептивные нервные окончания — нервы и клетки, не соответствующие той области организма, где находились имплантанты. При воздействии на них ультрафиолетовых лучей эти «коконы» светились зеленоватым цветом.

Во время двух следующих операций извлекли имплантанты, которые не обладали характеристиками металла. Сферические, беловатого цвета, предметы не были покрыты, как в первом случае, твердой биологической оболочкой и не источали свет под воздействием ультрафиолета. Эти имплантанты, возможно, биологические, также не вызывали реакции отторжения организмом человека.

Стекловидный предмет, вырезанный из ноги, тоже не был покрыт оболочкой и не вызывал воспалительных процессов.

Лабораторные исследования первых двух имплантантов показали, что они состоят из 11 различных элементов.

В интервью английскому журналу «Эйлиен Инкаунтерс» (июль 1997 г.) *Деррел Симс так прокомментировал отсутствие реакции отторжения и воспаления:* «Похоже, твердая мембрана является поверхностной кожей самого человека. Это означает, что металлические предметы перед имплантацией были сначала обернуты человеческой кожей. Потом в этой роговой оболочке проросли нервные окончания, соединенные с остальными нервами человека». Господин Симс считает, что имплантанты имеют внеземное происхождение.

Перед тем как сделать операцию, каждого пациента спрашивали о том, каким образом эти предметы попали в его тело.

Пэт Парринельо предполагает, что имплантация произошла во ... разбитой. Что произошло ночью, я не помнила. Наша собака в *некоторых местах в доме отчаянно царапала когтями, будто там пряталось что-то страшное.*

Изменилось ли у этих людей отношение к НЛО после того, что с ними произошло? Пэт признался, что до операции не верил во всю эту чертовщину с инопланетными похищениями. Однако потом заметил, что «похоже, появился еще один человек, который не может отрицать факта существования пришельцев. Чем больше я об этом думаю, тем больше понимаю, как мало мы в этом разбираемся. Я чувствую, что вокруг нас что-то происходит».

Подготовил
Сергей НЕВЕРОВ

НЕ ДРАЗНИТЕ ИНОПЛАНЕТЯН!

По мнению известного зарубежного уфолога, ядерного физика Стэнтона Фридмана, пришельцы за несколько минут могут совершить вторжение на Землю, если почувствуют, что достижения землян в области ядерной физики представляют для них опасность, или посчитают какие-либо наши действия агрессивными. Как считает ученый, в этом случае ничто не спасет нас от уничтожения, ведь по развитию технологии они опережают нас на миллионы лет.

«Пришельцы считают нас отсталой цивилизацией, еще более отсталой, чем в нашем понимании самые дикие племена амазонских людоедов, — говорит профессор Фридман. — Они спокойно наблюдают, как мы веками убиваем друг друга, вместо того чтобы использовать мозги для взаимопонимания».

[illegible]

...корабли несколько человек. Большинство из похищенных покидают НЛО со «стертой» памятью. И лишь в некоторых случаях метод не срабатывает, и тогда люди помнят, где они были и что с ними происходило

Маргарита АНИСОНЯН

ОПАСНЫЕ ВСТРЕЧИ

На седьмой день после контакта с НЛО скончался Арсесио Бермудес, 54-летний колумбиец из города Анолаима. 5 июля 1969 г. он приблизился на расстояние 20 футов к светящемуся объекту. В верхней, прозрачной, части объекта виднелся силуэт человекоподобного существа, повернувшего голову на луч фонарика, который направил в его сторону Бермудес. Объект ярко засветился и исчез. Через двое суток здоровье колумбийца ухудшилось: температура упала до 35 градусов, на коже выступили темно-синие пятна, в кале появилась кровь. Диагноз врачей — острый гастроэнтерит.

С совсем другим диагнозом — от остановки сердца — скончалась женщина с острова Коларес (устье Амазонки). В 1985 г. она обратилась к доктору Веллаида Сесим Кальвахо де Оливейра с жалобой на покраснение кожи на левой груди после поражения лучом НЛО. Через несколько часов она впала в кому и наутро умерла в госпитале города Белем.

В январе 1979 г. нападению пришельцев подвергся 78-летний Франческо Де Соуса, владелец ранчо к юго-западу от Санта-Крус. Странный случай приключился с ним ночью, когда он возвращался от друзей. По пути он закурил сигарету, и в ту же минуту ярко светящийся цилиндр появился как бы ниоткуда и остановился в нескольких метрах над головой. Открылся люк, и Франческо увидел мужчину и женщину, неподвижных, как роботы. Тут он почувствовал, что его поднимает вверх неведомая сила. Опасаясь за свою жизнь, он обхватил пальму руками и ногами. Несколько раз Франческо чувствовал, что его отрывает от пальмы какая-то сила и снова швыряет на дерево. Страшно болела грудь. Затем горячая жидкость капала на его руки, заставляя его разжать их, но Франческо держался изо всех сил. Когда его оставили в покое, он, обессиленный, упал. Два дня после этого не мог есть, на руках были небольшие ожоги, кровоточила ободранная грудь.

Через две недели неподалеку от ранчо Франческо произошла еще одна попытка похищения. 45-летняя женщина с дочерью возвращались поздно вечером от соседей. Когда они были в 200 м от дома, за холмом появилось яркое свечение. Объект, напоминающий по форме раскрытый зонт, приблизился на расстояние 50 м. Из «зонтика» появился луч света, и женщина почувствовала, что он поднимает ее над землей. Девочка тщетно пыталась ее удержать, но жертву, все время молившую Бога о спасении, подняли на высоту до 20 м. Смертельно перепуганная женщина пролетела несколько десятков метров в направлении «зонта», но неожиданно ее опустили на землю. Пострадавшая потом два дня чувствовала оцепенение, и неделю ее мучили головные боли.

Владимир АЖАЖА

ЯСНОВИДЯЩИЕ В БЕЛОМ ДОМЕ

Известно ли вам, что на Диком Западе давно и открыто прибегают к услугам всякого рода магов, волшебников, колдунов, экстрасенсов и ясновидящих? И никто не стесняется это делать, даже президент США, любвеобильный Билл Клинтон. Господин Клинтон имеет в штате собственного ясновидящего, услугами которого не брезгует пользоваться и мадам Хиллари. Правда, говорят, что после скандала с Моникой Левински Хиллари Клинтон отказала в доверии этому самому ясновидящему: ведь он ничего не сказал ей о тайных встречах мужа в Овальном кабинете с молодой стажеркой...

Свой предсказатель есть и у экс-президента США Рональда Рейгана. Целых два мага-прорицателя имеет в хозяйстве и Нэнси Рейган. И без их «колдовства» она не выезжает в свет.

Наш российский президент Борис Николаевич Ельцин, по слухам, прорицателей не жалует, поэтому нет около него ни звездочетов, ни ведьмаков, ни добрых волшебников. Он сам себе — и ясновидящий, и экстрасенс. И «карты» Борис Николаевич тусует сам, без всякой посторонней помощи. Даже Наину Иосифовну не слушает: очень упрямый у нас президент.

А вот в Белом доме у нас все наоборот. Там как раз есть кадровые «гадалки». И одна из них — небезызвестная Анфиса Михайловна Жанимова.

Свой вход в большую политику Анфиса Жанимова начала с работы у известного человека — спикера Владимира Шумейко. Несколько лет назад его имя не сходило с первых полос газет, а лицо то и дело мелькало на телевизионном экране. Жанимова проработала у Шумейко целых два года, и без ее «советов» господин Шумейко не ступал ни шагу. Все это тщательно [illegible] Лишь особо прибли- [illegible] что миловидная [illegible] женщина «добрая [illegible] и без нее в большом [illegible] ни одно [illegible] Анфисой Жанимо-

В Москве оказалась благодаря нашим... военным, которые, прослышав о способностях Анфисы

Горбачев лишь рассмеялся: мол, не могут ни Язов, ни Янаев меня предать. А Анфиса еще за полтора месяца до путча назвала Горбачеву все фамилии изменников. Горбачев отшучивался: мол, преувеличиваете вы, Анфиса Михайловна.

После измены Горбачев долго не мог прийти в себя. И это, по утверждению Анфисы, был уже совсем другой человек.

С декабря 1993 г. Анфиса оказалась в ведомстве Шумейко, который на первых порах следовал советам Анфисы от и до. В альбомах с фотографиями, которые я увидела у Анфисы дома, запечатлены поездки спикера за кордон: Анфиса постоянно рядышком. Он не делал без ее вмешательства ни одного дела.

Работать с ним было сложно, и она ушла. Без работы не осталась. По-прежнему много общается с политиками: в Государственную Думу ездит как на работу в поликлинику — «пациентов» у нее там много, некоторые вызывают Анфису тайно, другие, как фракция ЛДПР, открыто.

Анфиса убеждена, что в 2000 г. президентом России станет... женщина!

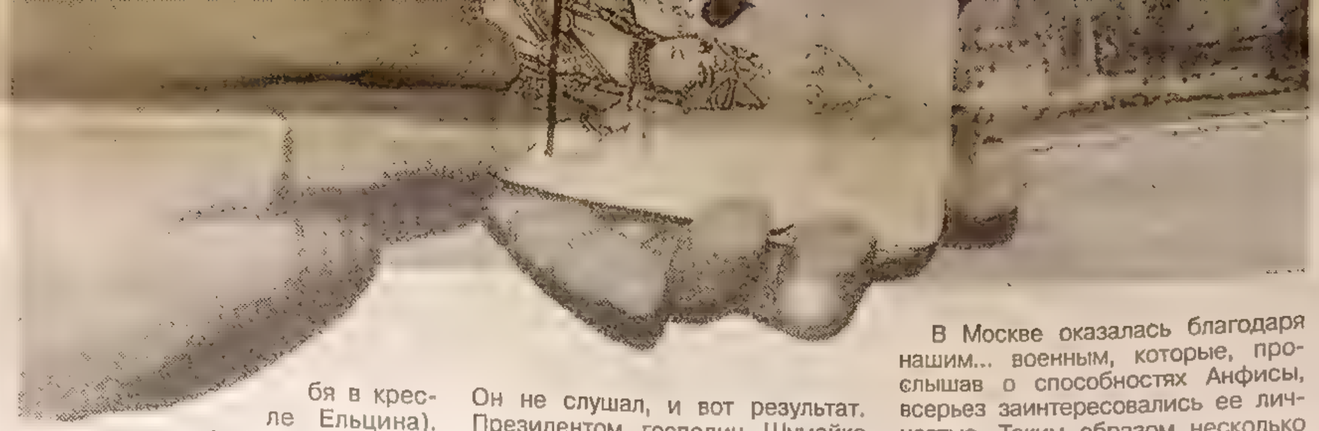
Знает она и о том, кого постараются убрать в ближайшее время. Она многих уже убиенных предупреждала о грозящей опасности. Как и Ивана Кивелиди, который только отмахнулся от нее: «У меня нет врагов!» А через несколько дней умер в больнице от отравления. Если бы все они — политики, бизнесмены, нефтяные магнаты — прислушивались к советам Анфисы, может быть, до сих пор были бы живы и здоровы.

Анфису Жанимову знают и за океаном. Ведь она уже успела протестироваться в Институте Будущего в Вашингтоне, побывала и в Нью-Йоркском уфологическом центре. С ней работали такие известные академики, как Эраст Андрианкин. Она проходила гипнотестирование и в Космическом энергетическом центре у [illegible] Мильхикера

В свободные свои [illegible]

дело мелькало на телевизионном экране. Жанимова проработала у Шумейко целых два года, и без ее «советов» господин Шумейко не ступал ни шагу. Все это тщательно скрывалось. Лишь особо приближенные знали, что миловидная темноволосая женщина – «добрая волшебница» и без нее в большом кабинете не решалось ни одно большое дело.

Тогда мы с Анфисой Жанимовой и познакомились. Ее отношения с господином Шумейко именно в этот период стали холодными. Как человек властный, самолюбивый и весьма амбициозный, Шумейко в один из дней досадливо заметил своей помощнице, что слишком большое место она заняла в его политической жизни. Анфиса обиженно промолчала, лишь на следующий день предупредила своего горячего шефа, что не годится с таким темпераментом принимать участие в аппаратных играх. «Так вы никогда не станете президентом России», – мягко заметила Анфиса (а ведь спикер Шумейко спал и видел себя в кресле Ельцина). Анфиса оказалась права: Шумейко скоро убрали из большой политики.



– Он – сильная личность, – рассказывает Анфиса, – с ним было очень не просто работать. Порой он бывал и жестоким, и жестким, но я никогда ему не льстила – это не в моих правилах, я чувствовала, что мы скоро расстанемся, так и случилось. Я не раз говорила ему о том, что среди его приближенных много хамелеонов, которые его и столкнут «с престола». Он не слушал, и вот результат. Президентом господин Шумейко уже никогда не будет.

О феномене Жанимовой давно говорят в высшем московском обществе. Анфису в свое время «открыла» болгарская прорицательница Ванга. Более того, именно Ванга направляла многих страждущих в город Нальчик, на Северный Кавказ, где и родилась Анфиса, причем в обыкновенной кабардинской семье. Но имя ей дали для тех мест очень необыкновенное. В Нальчике она выросла, там и проявились ее блестящие способности...

В Москве оказалась благодаря нашим... военным, которые, прослышав о способностях Анфисы, всерьез заинтересовались ее личностью. Таким образом несколько лет тому назад она оказалась в Генеральном штабе СССР, в космическом его ведомстве. Потом несколько лет кряду «консультировала» Михаила Сергеевича Горбачева. Горби, оказывается,– очень мнительный и нерешительный человек, чего не скажешь про его жену – Раису Максимовну. Последняя, кстати, была очень против общения супруга с магами-колдунами. Но именно Анфиса Жанимова первая предупредила Горбачева об «интриге государственного аппарата». Но там Анфисы, ... пор были бы живы и здоровы.

Анфису Жанимову знают и за океаном. Ведь она уже успела протестироваться в Институте Будущего в Вашингтоне, побывала и в Нью-Йоркском уфологическом центре. С ней работали такие известные академики, как Эраст Андрианкин. Она проходила гипнотестирование и в Космическом энергетическом центре у Марка Мильхикера...

В свободные свои минуты Анфиса Жанимова пишет книги, в которых подробно, без утайки рассказывает о своем внутреннем мире, о контактах с посланцами внеземных цивилизаций. Скоро одно из таких литературных произведений должно появиться на прилавках наших книжных магазинов.

Сегодня ее часто можно увидеть в Белом доме, где она постоянно консультирует, советует, предостерегает... Не будем называть фамилии тех, кому она помогает, ибо все мы знаем, кто работает у нас в Белом доме, правда?

Н. П.

ВТОРОЕ СЕРДЦЕ МУЖЧИНЫ!

О наличии одного сердца у человека знают все. А вот о «втором сердце», имеющемся только у мужчин и расположенном недалеко от детородного органа, многие и не слышали. Ведь это «второе сердце», называемое предстательной железой, полностью отвечает за половую жизнь мужчины и тем самым за его личное счастье. Недаром врачи-урологи, когда к ним на прием приходит мужчина с интимными проблемами, первым делом проверяют его простату: не отекла ли она, не воспалилась ли, не увеличилась ли в размере? И вопросы задают: не было ли инфекций, простуд, стрессов, осложнений после гриппа, не шофер ли?

Вердикт врачей может быть следующим: застойные явления, простатит, аденома. Во Франции, например, мужчины под 40 и старше для улучшения своих половых способностей эпизодически делают массаж простаты. Представьте себе такую картину: мужчину ставят в унизительную позу, девушка в белом халате натягивает на свои пальчики резиновую перчатку и приближается к его ягодицам... ибо только через стенку заднего прохода можно добраться до предстательной железы.

Но есть и другой путь! Разработанный в США препарат «НОВЫЙ СУПЕР ЙОХИМБЕ» успешно решает ВСЕ мужские проблемы.

Во-первых, он обладает мощнейшим одноразовым эффектом и принимается перед любовным свиданием. При этом исчезают тревожные ожидания и неуверенность в себе, усиливается эрекция, продлевается продолжительность наслаждения женщиной!

Во-вторых, его курсовое применение избавляет от застойных явлений в предстательной железе, а они-то и вызывают простатит и аденому.

По мнению к.м.н. О.В.Фисенко, ликвидация застойных явлений – процесс длительный, не менее 4–6 месяцев. Именно на такой курс и рассчитан прием одной баночки «НОВОГО СУПЕР ЙОХИМБЕ», что делает его в 3–6 раз экономически выгоднее любого другого аналогичного препарата!

Что же касается состава, то в «НОВОМ СУПЕР ЙОХИМБЕ» девять всемирно известных компонентов, собранных в единое целое. Они превращают ослабевшего от стрессов и жизненных неурядиц мужчину ЛЮБОГО ВОЗРАСТА в супермена, способного завоевать и сохранить любовь женщины. «Работоспособность» каждой таблетки этого препарата по эректильному эффекту сравнима разве что с «Виагрой», хотя и в 30 раз дешевле.

100% натуральный «НОВЫЙ СУПЕР ЙОХИМБЕ» сертифицирован Минздравом РФ и рекомендован в дозе, равной одной четверти таблетки. Эти вот «четвертушки» и спасают «второе сердце» мужчины от всех напастей. Успех гарантирован!

Серт. № 000533.И.840.09.98.

Консультации специалистов и приобретение в центре «Здоровье-2000», *рег. № 137.107.*

Адреса в Москве:

- СЕМЕНОВСКИЙ ПЕР., 15 (10-этажный корпус с рекламой «БАУФЛЕКС» напротив выхода из ст. м. «СЕМЕНОВСКАЯ»), кр. воскр. Тел.: **(095) 360-80-62, 369-00-15, доб. 4-70, 489-32-47, 406-28-35.**
- ПЯТНИЦКАЯ УЛ., 28 (ст. м. «ТРЕТЬЯКОВСКАЯ»), ежедн. Тел.: **(095) 951-72-71, 959-14-30.**
- 2-я БРЕСТСКАЯ УЛ., 37, магазин «АНТЕЙ» (ст. м. «БЕЛОРУССКАЯ»), кр. воскр. Тел. **(095) 251-71-85.**

Изготовитель: «All American Nutrients» для «Health XXI Century», США. Пересылаем по почте (справки по тел.). Доставка. Отличные условия для дилеров •

МОЗАИКА

КТО ПУСКАЕТ ПУЗЫРИ?

Озеро Нгтапа в Новой Зеландии, длина и ширина которого 2 км, глубина 300 м, появилось в 1931 г. после землетрясения, а в 1938 г., опять же после землетрясения, исчезло. А вот одно из озер на острове Ява постоянно пускает пузыри. Пар и газы, поднимающиеся с поверхности озера, выдувают пузыри до... 1,8 м в диаметре. Поднимаясь в воздух, как воздушные шары, пузыри лопаются с громким треском.

АСФАЛЬТОВОЕ ОЗЕРО

Пожалуй, все рекорды по оригинальности побило озеро на острове Тринидад в Карибском море. Озеро наполнено жидким асфальтом, и какой оно глубины, не знает никто. Тринидадское озеро – природное образование. Из него черпают асфальт для строительных целей, а оно почти не уменьшается. Самое интересное – асфальт совершенно чистый и не засорен никакими примесями.

УХА НА ВСЮ ДЕРЕВНЮ

Люди, живущие рядом с действующими вулканами, обычно ничего хорошего от них не ждут. Но есть и исключения. Например, жителям Экваториальной Африки на западной границе Республики Руанда периодически «работающий» вулкан Китоуро приносит пользу. При извержении этого вулкана лава стекает в озеро Киву и вода в нем закипает. Рыба и водоросли в кипящей воде варятся – получается грандиозная природная уха. Когда вулкан затихает местные жители на лодках вылавливают уже готовый «обед». Один из таких больших «обедов» для местных жителей «варился», например, в 1948 г.

ВНИМАНИЕ!

Если процесс покупки доставляет вам необъяснимое наслаждение, а посещению театра вы предпочитаете бесцельный променад по магазинам, то велика вероятность, что шопинг-наркомания завладела своей очередной жертвой.

ШОПИНГ-НАРКОМАНИЯ

Может показаться странным, что увлечение магазинами и покупками называют разновидностью наркомании, но, как утверждает доктор Ричард Элиот из Оксфордского университета, эта одержимость бесполезными покупками, которая в последнее время уже поразила миллионы человек на Западе, представляет не меньшую опасность для личности, чем алкоголь или наркотики.

По данным Элиота, который несколько лет изучал шопинг-наркоманию, только в Англии сейчас насчитывается около миллиона человек, одержимых маниакальной страстью к покупкам. Шопинг-наркоманы обычно отличаются полным безрассудством в своих приобретениях и склонностью тратить все свободные средства на удовлетворение своей страсти. Самое интересное, что шопинг-наркоманами становятся не только богатые люди, которым такой недуг более или менее по карману, но и самые обычные бедняки. Они тоже бегут в магазины при первой возможности. Этот столь экзотический вид наркотической зависимости редко возникает сам по себе. Как утверждает доктор Элиот, одержимость покупками и магазинами часто возникает у людей, подверженных депрессии, различным страхам, неудовлетворенных личной жизнью. 65% шопинг-наркоманов составляют представительницы прекрасного пола.

Ричарду Элиоту удалось выделить три основные группы шопинг-наркоманов. К одной из них относятся так называемые «мстительные покупатели»... Обычно это жены богатых и влиятельных мужей, вечно занятых на работе и светских раутах. Оставленные без должного внимания со стороны своих мужей, жены своими безумными тратами в магазинах как бы стараются лишний раз обратить на себя внимание.

Вторая группа [illegible] покупатели. Эти люди не только упиваются процессом покупки, а самоутверждаются с ее помощью. Обычно представители этой группы считают, что обладают изысканным вкусом к дорогим вещам и могут достаточно логично обосновать даже самую бесполезную покупку.

К третьей группе относится сравнительно небольшое количество людей, которые просто не могут пройти мимо продуктов в красивой упаковке. Обычно такой вид шопинг-наркомании приводит к обжорству и лишнему весу.

Пожалуй, к этим трем группам можно добавить и [illegible] группы [illegible] ровых кошек, через пару месяцев начинают коллекционировать вазочки, потом переключаются на кулинарные книги и т. д. В конечном счете создание коллекции является лишь предлогом для бесконечного хождения по магазинам, которое доставляет этим людям столько приятных минут.

Богатый шопинг-наркоман — настоящая находка для его бедных родственников, ведь ему надо как-то избавляться от ненужных вещей, чтобы продолжать свой нескончаемый бег по магазинам. Богачи, одержимые покупками, часто просто дарят, продают за символическую цену или отдают своим близким одежду, мебель и другие вещи.

Если для богатого человека болезненная слабость к покупкам — не проблема, то для людей, стесненных в средствах, такое «увлечение» часто имеет роковые последствия. В 1997 г. в США было отмечено рекордное за всю историю количество личных банкротов, возросшее примерно с 340 тыс. случаев в год до 1350 тыс. Миллионы американцев по уши влезли в долги, и теперь их обеспеченная старость под большим вопросом. Несомненно, большую часть этих пострадавших на ниве потребления составляют шопинг-наркоманы.

Близкие шопинг-наркоманов, пишет доктор Элиот, обычно не считают их одержимость покупками недугом и, соответственно, даже не предполагают, что им нужна помощь врача.

До появления изобилия товаров на наших прилавках у нас в стране практически не было проблемы шопинг-наркомании. Сейчас положение резко изменилось, и люди, одержимые покупками, появились и у нас. Конечно, страсть к магазинам — не героин, и многие способны самостоятельно избавиться от такой зависимости. Вот несколько советов, которые помогут это сделать:

— трезво проанализируйте целесообразность всех своих покупок за последний месяц и подсчитайте сумму, затраченную на те из них, без которых вы могли бы спокойно обойтись. Вполне возможно, полученный результат ошеломит вас;

— избегайте «спонтанных» покупок: перед посещением магазина вы должны четко знать, что вы хотите купить, и иметь деньги только на запланированные и заранее проанализированные с позиции их необходимости покупки;

— если вас тянет бродить по магазинам, попробуйте переключиться на музей. Потратите [illegible] меньше, а польза от такого занятия не вызывает никаких сомнений.

Степан БОЧКОВ

На прием к врачу. Лучше все-

ВЗГЛЯНИТЕ НА РУКИ

...ками и магазинами часто возникает у людей, подверженных депрессии, различным страхам, неудовлетворенных личной жизнью. 65% шопинг-наркоманов составляют представительницы прекрасного пола.

...ные покупатели»... Обычно это жены богатых и влиятельных мужей, вечно занятых на работе и светских раутах. Оставленные без должного внимания со стороны своих мужей, жены своими безумными тратами в магазинах как бы

К третьей группе относится сравнительно небольшое количество людей, которые просто не могут пройти мимо продуктов в красивой упаковке. Такой вид шопинг-наркомании приводит к обжорству и лишнему весу.

...столько приятных минут.

Богатый шопинг-наркоман – настоящая находка для его бедных родственников, ведь ему надо как-...чтобы продолжать свой нескончаемый бег по магазинам. Богачи, одержимые покупками, часто про-

...необходимости покупать.

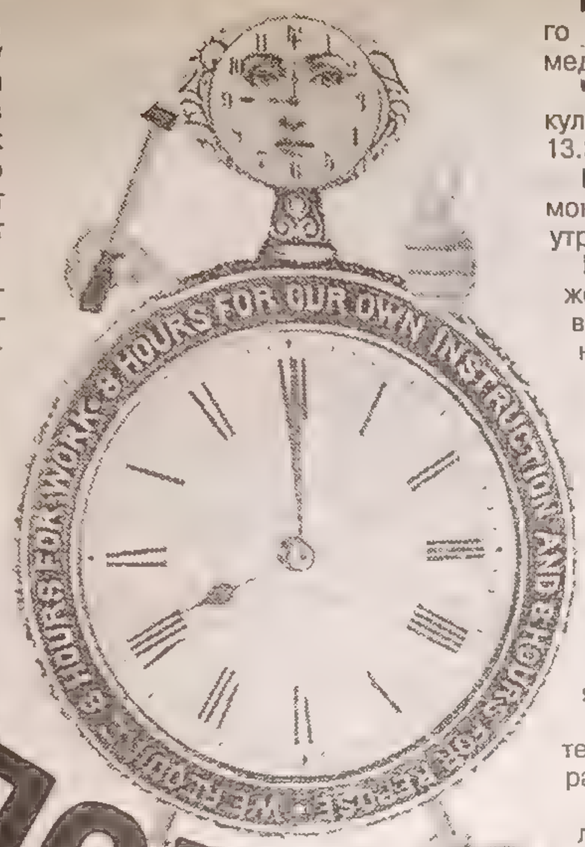
– если вас тянет бродить по магазинам, попробуйте переключиться на музеи. Потратите гораздо меньше, а польза от такого занятия не вызывает никаких сомнений.

Степан БОЧКОВ

ЧЕЛОВЕК КАК БУДИЛЬНИК

Как ходит человек? Известно как, ногами, скажете вы. Между тем ученые сегодня вносят сенсационную поправку в эту известную аксиому: человек ходит, как будильник, – ритм его жизни цикличен и зависит от движения Солнца, фаз Луны, от многих явлений природы.

Исследователи нового направления в науке – хрональной биологии – установили, что все органы человека, его мозг, тело, душа подчиняются от рождения до смерти «трехтактному циклу». Трижды в день наступает прилив и отлив физических сил. Трижды наступает усталость. И настроение тоже, хочешь не хочешь, подчинено счету три. Хронобиологи на Западе сегодня разрабатывают практические рекомендации, связанные с профессиональной деятельностью человека, его бытом, отдыхом, любыми жизненными ситуациями. Например, водителям не рекомендуется сидеть за рулем ночью с 2 до 4 часов утра, даже если они перед этим готовились к ночной смене и спали 8 часов: с 2 до 4 в человеке «останавливается» будильник. Школьникам хронобиологи советуют готовить уроки с 16.30 до 18 час. Все важнейшие дела на работе лучше решать с 10 до 12 утра – это время, когда будильник в человеке стучит на полную катушку и лучшие физические возможности можно употребить во благо профессии.



Итак, у каждого из нас внутри – часы, по которым можно определять, что лучше сделать сейчас, а что отложить на потом. Так что прочтите выдержки из немецкого журнала «Штерн» и попробуйте проверить их на себе.

Время для ремесла. Ваши пальцы лучше всего справляются с работой между 15 и 16 час.

Когда заводить знакомства. Самое сильное рукопожатие у человека между 9 и 10 час.

На прием к врачу. Лучше всего кожа человека воспринимает медицинские уколы в 9 час. утра.

Часы для спорта. Наши мускулы наиболее работоспособны в 13.30.

Время любить. Половой гормональный пик наступает в 8 час. утра (а у некоторых и раньше).

Когда обедать. Больше всего желудочной кислоты образуется в 13 час., даже если человек ничего не ест.

Вы захотели выпить... Печень лучше воспринимает алкоголь между 18 и 20 час.

Легко дышится. Интенсивнее всего легкие дышат между 16 и 18 час.

Лучшая чувствительность. Наиболее полные вкусовые ощущения у человека между 17 и 19 час. В это же время обостряется слуховое восприятие, обоняние.

Живем – растем. Наиболее интенсивно кожа и ногти человека растут между 16 и 18 час.

Лучший иммунитет. Наиболее сильно организм сопротивляется инфекциям в 22 часа.

Рождение детей. Большинство детей рождаются на свет между 24 и 4 час. утра.

Когда вы не должны оставаться одни. Наиболее остро человек ощущает одиночество между 20 и 22 час.

Торопитесь к косметологу. Кожа наиболее восприимчива к косметическому уходу с 18 до 20 час.

«Слепые» часы. Хуже всего водители видят в 2 часа ночи.

Когда отдыхать в ночных сменах. Упадок работоспособности на производстве в ночной смене с 3 до 4 час. утра.

Часы слабости. Наиболее слабое кровяное давление у человека между 4 и 5 час. утра.

Так что всему свое время.

Подготовил Анатолий САФОНОВ

ВЗГЛЯНИТЕ НА РУКИ

Наука хирогномия, определяющая характер человека по форме рук, их величине и форме пальцев, возникла в очень давние времена. Говорят, что с ее помощью можно узнать не только о нравственных качествах личности, но и о ее судьбе.

Большой палец – чем он подвижнее, тем человек культурнее. Первый сустав (у ногтя) означает волю. Второй – логику. Третий – животные инстинкты. Если большой палец загнут внутрь, значит, человек скуп, если отогнут наружу, щедр.

Утолщение между первым и вторым суставами – это философский узел. Между вторым и третьим – узел материальный. В человеке в зависимости от того, какой узел более развит, преобладают либо рассудок, либо инстинкты.

Форма пальцев говорит о многом. Заостренные пальцы имеют натуры увлекающиеся, склонные к идеализму, впечатлительные, религиозные. Четырехугольные пальцы свидетельствуют о материальных наклонностях, аккуратности, порядочности. Лопатообразные указывают на натуру деятельную, самоуверенную.

Если указательный палец длиннее среднего, такой человек горд, самостоятелен. Если короче безымянного, человек нерешителен, труслив, робок, несамостоятелен. Если указательный палец одной длины с безымянным, это свидетельствует о натуре уравновешенной и благородной.

Проще всего получить информацию о человеке, взглянув на **форму его рук**. Лопатообразная рука говорит о решительности, верности, энергичности, практичности. Артистическая рука (с длинными тонкими пальцами) выдает талантливую натуру, склонную к эстетике, искусству, утонченным развлечениям.

Обращайте внимание и на **форму ногтей**. Овальные ногти говорят о покладистости, плоские – о нервозности, узкие – о честолюбии, лицемерии, широкие и плоские – о робости. Очень узкие ногти утонченной, аристократичной формы свидетельствуют об изысканности, сдавленные (как бы сплющенные) – о чувствительности. Морщинистые (с шероховатостями на ногтевых пластинах) – о слабости. Обгрызенные – о слабоволии, нервозности, скрытых пороках. Ногти с бороздками – об агрессивности, бессердечии, алчности, лживости.

Если **рука** твердая, жесткая, человек энергичен, деятелен, материалистичен, настойчив. Гибкая и упругая рука говорит об уме, впечатлительности. Мягкая, нежная – о неспособности к серьезной работе, лени, вялости, любви к порядку, успехе в делах.

Таким образом, знакомясь с кем-нибудь, обязательно взгляните на его руки. Это вам поможет!

Тайна суррейской пумы

Могут ли кошки, обитающие в джунглях, прижиться в лесах Англии? Бесчисленное множество сообщений свидетельствует о том, что некоторые из этих животных успешно приспособились к условиям сельской местности Туманного Альбиона...

Засыпанные листвой лесные тропки в британской глуши — не самое подходящее место для пумы и тем более льва. Очевидцы же утверждают, что видели именно этих животных, причем особенно часто упоминается пума. Однако они не относятся к коренным обитателям Британских островов — единственным представителем семейства кошачьих в этих местах является лишь дикий кот, сохранившийся в отдельных районах Шотландии. Но он больше похож на обычную домашнюю кошку, то есть не настолько велик, чтобы его можно было перепутать с пумой или львом.

Первые сообщения о встречах с пумами восходят к XVIII в. Путешественник и эссеист Уильям Коббетт еще в детстве видел одну из них среди руин аббатства Уаверлей близ Фарнема в графстве Суррей на юге Англии. Она сидела в большом дупле огромного вяза и была величиной «со спаниеля средних размеров». Коббетта даже побили за то, что он упорно твердил небылицы о невиданном животном.

Плотность населения в некоторых частях графства Суррей очень высока, но и здесь до сих пор сохранились тихие уголки, где густые леса перемежаются с пустырями. Именно там и скрывалась так называемая суррейская пума, о которой сообщали сотни раз, притом зачастую свидетелями выступали достойные доверия граждане.

Так или иначе, в Англии еще не изловили ни одной пумы, и потому остается лишь строить предположения о том, какое именно животное видели в британских лесах, ведь под описания очевидцев подходят также гепард и рысь. Более того, встречи происходили в [illegible]ых местах и в разное время. Так что, скорее всего, речь идет о [illegible] многочисленной группе [illegible]

[illegible] люди встречались с [illegible] крупными экземпляра[illegible] 1963 г. водитель гру[illegible] остановился на

чалась охота. Полицейские не сомневались, что зверь гораздо крупнее любой собаки, и на его поиски немедленно снарядили крупный отряд. Сто двадцать шесть полицейских с двадцатью собаками, тридцать солдат, бригада санитаров и ветеринаров прочесали обширную территорию (340 га). Они обнаружили лишь крупные следы на берегу мутного ручья. Неделю спустя это животное видели вновь, в полицию поступило еще несколько подобных сообщений, но найти и изловить гепарда не удалось.

Пум встречали и в других районах Англии, и облава в лесу Нью-Форест в Гемпшире чуть бы[illegible] увенчалась успехом. В сен[illegible]

Эндрю похлопал стоявшую рядом с ним собаку, неизвестное животное бросилось прочь огромными прыжками. Мальчики побежали домой, а их восточно-европейская овчарка, обычно кидавшаяся на все, что движется, поспешила за ними. Мать мальчиков и рань[illegible] [illegible]лась на странные круп[illegible]

терами) часто встречали в Соединенных Штатах, хотя там эти животные считаются очень редким видом. В Британии же их вообще не существует! Однако фермер Крис Блад твердо уверен, что видел именно это животное: «Жители нашей округи считали ее просто одичавшей крупной домашней

В 1979 г. из южных районов Англии продолжали поступать сообщения о больших черных кошках. В конце июня Колин Картер во время прогулки в Саут-Даунс близ Истборна (графство Суссекс) увидел черное животное размерами с пони, похожее на кошку, которое пересекло ему дорогу и скрылось в кустарнике.

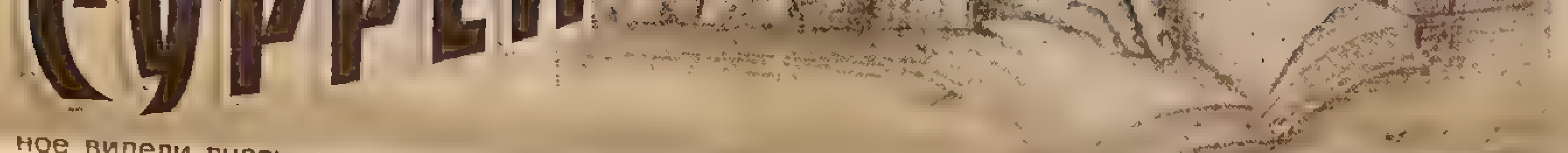
На протяжении 80-х годов в полицию графства Суррей периодически поступали сообщения о встречах с животным, похожим на пуму. 27 июня 1980 г. примерно в 5 ч. вечера миссис Вивьен Уилкинсон выглянула из окна своего дома в Ист-Хорсли и увидела в глубине сада рыжевато-коричневую кошку. Насколько она разглядела из-за тюлевой занавески, животное было выше рыжего сеттера и имело толстый, свисавший до земли хвост.

География сообщений о пумах не ограничивается южными областями Англии. Во второй половине 1980 г. в районе Уолвергемптона в западной части Мидленда несколько раз видели животное, которое сочли пумой. Первая встреча состоялась в июле: местный учитель гулял недалеко от заброшенной железнодорожной ветки и почти 5 мин. наблюдал за необычным зверем с расстояния около 45 м. Животное коричневой окраски имело круглую, как у кошки, голову, острые уши, короткие толстые лапы и мощный длинный хвост. Затем последовали другие сообщения, включая доклад о нападении на собаку, которую мальчик вывел на прогулку, и руководитель зоопарка города Дадли Майкл Уильямс решил обследовать этот район в сопровождении старшего специалиста по животным семейства кошачьих. Им повезло: они увидели это животное, правда с расстояния почти 300 м. Они последовали за ним, но через 15 мин. потер[illegible] его из виду. Поиски полиции [illegible] увенчались успехом.

В Уэльсе, регионе с невысок[illegible] плотностью населения, [illegible] вереском и лесами горы [illegible] тоже стали пристанищем для [illegible]ных кошек. Действит[illegible] торые нападения на [illegible] было списать на [illegible]

...видели в британских лесах, ведь под описания очевидцев подходят также гепард и рысь. Более того, встречи происходили в разных местах и в разное время. Так что, скорее всего, речь идет о довольно многочисленной группе животных.

Некоторые люди встречались с особенно крупными экземплярами. В июле 1963 г. водитель грузовика Дэвид Блэк остановился на холме Шутерс-хилл (близ юго-восточной окраины Лондона), чтобы помочь лежавшему на обочине животному, которое он принял за собаку. Впоследствии мистер Блэк рассказывал в полиции: «Я направился к животному, оно поднялось, и я понял, что это не собака. У него были длинные ноги и длинный мощный хвост. Кажется, оно что-то держало в зубах. Животное повернулось и скрылось в зарослях». Когда патрульная машина полиции прибыла на место происшествия, гепард легко перепрыгнул через капот автомобиля, только его и видели. Тут-то и настоящее видели вновь, в полицию поступило еще несколько подобных сообщений, но найти и изловить гепарда не удалось.



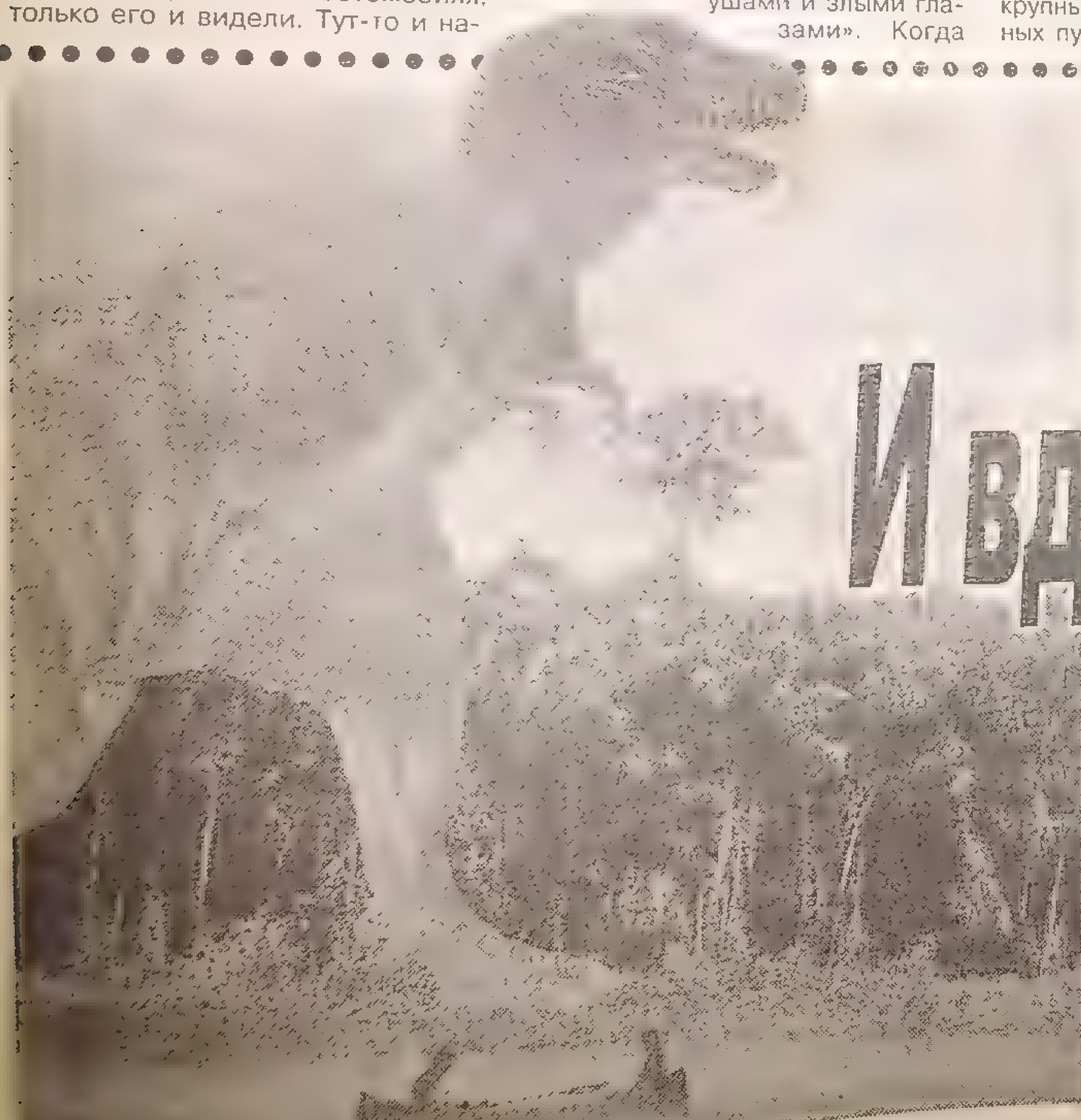
Пум встречали и в других районах Англии, и облава в лесу Нью-Форест в Гемпшире чуть было не увенчалась успехом. В сентябре 1972 г. три брата видели существо, очень похожее на пуму. Стюарт Крон, 12 лет, и его братья, десятилетний Эндрю и шестилетний Дональд, отправились на прогулку с собакой и увидели на лесной опушке в высокой траве необычное животное. Эндрю, оказавшийся ближе всех, потом рассказывал: «Оно было крупнее восточно-европейской овчарки, рыжевато-коричневого цвета и походило на кошку. У него была большая голова с заостренными ушами и злыми глазами». Когда Эндрю похлопал стоявшую рядом с ним собаку, неизвестное животное бросилось прочь огромными прыжками. Мальчики побежали домой, а их восточно-европейская овчарка, обычно кидавшаяся на все, что движется, поспешила за ними. Мать мальчиков и раньше натыкалась на странные крупные следы с явными отпечатками когтей. Следы неизвестной большой кошки видели и другие местные жители. А ведь крупные представители семейства кошачьих (за исключением гепардов) не выпускают когти при ходьбе. Тогда какие животные могли оставить эти следы?

В начале 1979 г. сообщение о черной пуме поступило из Февершема, что в графстве Кент на юго-востоке Англии. Специалисты по крупным кошкам знают, что черных пум (их также называют пантерами) часто встречали в Соединенных Штатах, хотя там эти животные считаются очень редким видом. В Британии же их вообще не существует! Однако фермер Крис Блад твердо уверен, что видел именно это животное: «Жители нашей округи считали ее просто одичавшей крупной домашней кошкой, но на самом деле этот зверь намного больше». Специалисты решили, что следы, которые удалось обнаружить на самой ферме и повсюду рядом с ней, оставила очень крупная собака. Такое заключение могло бы успокоить население, но Криса Блада и многих других, воочию видевших необычное животное, оно явно не удовлетворило. Поскольку приходится столь часто возвращаться к вопросу о том, собака это или кошка, то невольно возникает мысль: быть может, это гибрид?

...дении старшего ... животным семейства кошачьих. Им повезло: они увидели это животное, правда с расстояния почти 300 м. Они последовали за ним, но через 15 мин. потеряли его из виду. Поиски полиции не увенчались успехом.

В Уэльсе, регионе с невысокой плотностью населения, поросшие вереском и лесами горы, похоже, тоже стали пристанищем для крупных кошек. Действительно, некоторые нападения на овец можно было списать на огромных кошек, хотя обычно в этом винили одичавших собак. В октябре 1980 г. внимание всей страны было приковано к Уэльсу. Фермер из Ллангирига сообщил, что видел большую кошку, по-видимому, повадившуюся отдыхать в его амбаре. Вскоре репортеры прессы, радио и телевидения толпились на ферме вместе с вооруженной полицией, но ночное дежурство окончилось безрезультатно — увидеть животное никому не удалось.

Николай НЕПОМНЯЩИЙ



И вдруг они ожили...

Могут ли оживать персонажи книг и кинофильмов? Разумеется, любой здравомыслящий человек скажет, что это абсурд. Но странные происшествия в разных концах земного шара говорят об обратном.

В знаменитом фильме Стивена Спилберга «Парк юрского периода» на экране появляются устрашающего вида динозавры. Созданные с помощью компьютерной графики, они выглядят совсем как живые.

После выхода фильма в прессе участились сообщения о загадочных монстрах, которых видели то здесь, то там.

В Китае вновь заговорили о чудовище, живущем в озере Ханас. Студенты Синьцзянского университета якобы видели его в 1985 г., 10 лет спустя в округе вдруг начали исчезать домашние животные и птицы. Утверждали, что их пожирает водяной монстр. Однажды ханасское чудо-юдо всплыло на поверхность озера на глазах у десятка людей.

Неведомое существо объявилось и в озере Стурш (Швеция). Еще в начале века газеты писали о том, что какое-то животное выходит из озера и охотится за людьми. Потом о нем долгое время ничего не было слышно. И вот несколько лет назад на берегу Стурша были замечены следы непонятного происхождения.

Оказалось, что во многих водоемах, если верить многочисленным рассказам, обитают таинственные существа. Например, в озере Белом (Чили) и Вайторек (Австралия) живут гигантские ящеры. Некое чудище наблюдали и в озере Манитого (Канада). «Водяной дух Айдахаре», похожий на гигантскую змею, поедает птиц и животных на озере Кок-Коль (Казахстан). А в реке Умзимхлава в Южной Африке время от времени появляется животное с головой, похожей на лошадиную, двумя перепончатыми лапами и длинным хвостом с кисточкой на конце.

Почему всплеск сообщений об этих монстрах совпал с выходом на экраны фильма Спилберга? Случайность ли это? О большинстве чудовищ много лет ничего не было слышно. И вдруг они ожили... Что же за этим стоит?

Люди уже давно догадывались о том, что информация, созданная человеческим разумом, способна материализовываться в пространстве. Вполне возможно, что доисторических чудовищ и большинство других чудес, включая НЛО и различные сверхъестественные сущности, творит наше собственное воображение. Со временем они становятся все более реальными, проникая в плотный мир. Поэтому у каждого из нас, в принципе, есть шанс встретить разгуливающего по улице мифического дракона.

Дина КУНЦЕВА

СВЯЩЕННЫЙ ВЕТЕР КАМИКАДЗЕ

Может ли человек силой мысли или своими эмоциями с помощью религиозных или магических ритуалов влиять на погоду или вызывать стихийные бедствия? Факты как древней истории, так и современности говорят о том, что подобное воздействие на природу вполне реально. Таким образом иногда удавалось не только победить засуху, но и потопить вражеские корабли...

В этот день в Киеве шел мелкий дождь. Хотя Альберт Венедиктович Игнатенко собирался на свое очередное выступление в один из концертных залов, остающихся в его распоряжении 15 минут вполне хватило, чтобы провести уникальный эксперимент, который был документально зафиксирован съемочной группой Украинского телевидения. Буквально за несколько минут, сосредоточившись и вытянув руки ладонями к небу, Альберт Игнатенко разогнал сплошную облачность над Октябрьской площадью, и солнце осветило своими лучами изумленных телевизионщиков... Весь этот процесс был заснят на пленку.

Еще в 1981 г., когда Игнатенко работал психологом на олимпийской базе в Литве, он впервые попытался воздействовать на погоду. По его словам, ему удалось почти полмесяца удерживать в радиусе 5–6 км солнечную погоду, хотя вокруг в это время шли дожди.

Может ли человек, не используя никакой техники, воздействовать на окружающую среду только силой своей мысли? На этот вопрос любой последовательный материалист, конечно, ответит отрицательно, но будет ли он прав? Кроме уникального эксперимента, проведенного Альбертом Игнатенко, в истории зафиксированы другие удивительные факты, которые позволяют предположить, что сила мысли способна творить чудеса.

В 1274 г. Хубилайхан, внук Чингисхана, завоевав Северный Китай и Корею, решил покорить Японию, которая пренебрегла его ультиматумом. В ноябре гигантский флот из 900 кораблей с 40 тыс. человек десанта подошел к Японии. Первое сражение для [illegible] было неудачным, и, несмотря на это, завоеватели [illegible] ночь все же пробыли на своих кораблях. В *это время японцы взывали к небесам о ниспослании на врагов всяческих бедствий и стихий. Совпало это или нет, но небеса, по-*

тя японцы все эти годы передышки готовились к отражению новой атаки монголов и построили оборонительные укрепления, силы завоевателей были так велики, что японцам не оставалось ничего [illegible] снова молиться

кораблей затонуло, а вместе с ними нашли свою смерть почти 10 тыс. человек. Таким образом, Японию завоевать не удалось.

Через семь лет Хубилайхан решил повторить свою попытку. К весне 1281 г. была подготовлена весьма внушительная армада. Хо-

кликнулись на молитвы... Поднялся такой ветер, что от флота монголов практически ничего не осталось... Некоторые историки считают, что тогда затонуло около 4 тыс. кораблей, а потери живой силы составили до 100 тыс. человек. Больше монголы уже никогда не представляли для Японии серьезной опасности.

В XX в. подобная история повторилась вновь. Только теперь не монголы, а американцы угрожали Японии. В 1944 г. 3-й флот США направился к Филиппинам, чтобы [illegible] десантом поста-

совершить молитву и попросить обрушить на головы врага священный ветер Камикадзе... Когда с помощью разведки об этой акции узнали на флоте США, там буквально надорвали животы от смеха. Но, как говорят, смеется тот, кто смеется последним — невиданной силы тайфун обрушился на американские корабли. Сразу перевернулись и затонули 3 эсминца, с авианосцев смыло за борт почти

150 самолетов, 28 кораблей получили серьезные повреждения, погибло 800 человек, и вся операция сорвалась...

Почти аналогичную историю рассказывают и о различных попытках покорить Англию. В октябре 1597 г. мощный флот испан-

раблей погибло от жестокой бури. Только между Слайго и Баллишаннноном на берег выбросило не менее 3 испанских кораблей. Один из чиновников в своем рапорте писал: «Выехав из Слайго, я насчитал на расстоянии пяти миль тысячу сто человеческих тел, а жители меня уверили, что их не меньше и далее». Больше испанский флот угрозы для Англии не представлял. Интересно, что Наполеон и Гитлер в свое время отказались от попытки высадить десант на Британские острова. Существует предположение, что столь надежную защиту Англии «организовывали» английские жрецы-друиды с помощью специальных обрядов.

Из истории известны многочисленные факты, когда с помощью ритуалов, связанных с религией и магией, удавалось вызвать дожди, которые иногда буквально спасали некоторые народы от засухи и голодной смерти. Еще древние китайские историки подмечали, что резкие изменения в судьбах народов сопровождаются различными природными катаклизмами. Возможно, что одновременным сильным эмоциональным всплеском люди способны вольно или невольно воздействовать на природу. Вот конкретный пример. Когда в Индии шла резня между мусульманами и индуистами, Ганди предупредил, что если вражда не прекратится, то будет сильное землетрясение. Его словам не вняли, землетрясение произошло.

Альберт Игнатенко, который провел уникальный эксперимент по воздействию на погоду, уверен, что агрессивные мысли и поступки людей в какой-то мере являются причиной стихийных бедствий и наносят вред биосфере Земли.

Может быть, и невидимый [illegible] своей силе сокрушительный [illegible] надо, который пронесся [illegible]

...было неудачным, но, несмотря на это, завоеватели решили ночь все же провести на своих кораблях. В это время японцы взывали к небесам о ниспослании на врагов всяческих бедствий и стихий. Совпадение это или нет, но небеса, похоже, вняли мольбам этого маленького народа, и неожиданно для завоевателей начался сильный шторм. Корабли Хубилайхана были вынуждены выйти в открытое море, но и там свирепый шторм швырял и топил корабли монголов и их союзников. Когда шторм стих, выяснилось, что около 200 тя японцы все эти годы передышки готовились к отражению новой атаки монголов и построили основательные укрепления, силы завоевателей были так велики, что японцам не оставалось ничего другого, как только снова молиться о помощи свыше. Даже сам император и его сановники на этот раз присоединились к молитвам и просили «божественный ветер», как и в прошлый раз, покарать завоевателей. Трудно поверить в совпадение, но стихии опять отпредставляли для Японии серьезной опасности.

В XX в. подобная история повторилась вновь. Только теперь не монголы, а американцы угрожали Японии. В 1944 г. 3-й флот США направился к Филиппинам, чтобы массированным десантом поставить окончательную точку в войне с этой страной. Не имея значительных сил, чтобы помешать американцам в осуществлении их намерений, правительство Японии обратилось с просьбой к своему народу 150 самолетов, 28 кораблей получили серьезные повреждения, погибло 800 человек, и вся операция сорвалась...

Почти аналогичную историю рассказывают и о различных попытках покорить Англию. В октябре 1597 г. мощный флот испанцев, состоявший из 128 хорошо вооруженных кораблей с многочисленным десантом, вышел из Лиссабона и отправился завоевывать Англию. Операция испанцев сорвалась. Более половины ко-

...ное зем... словам не вняли, землетрясение произошло.

Альберт Игнатенко, который провел уникальный эксперимент по воздействию на погоду, уверен, что агрессивные мысли и поступки людей в какой-то мере являются причиной стихийных бедствий и наносят вред биосфере Земли.

Может быть, и невиданный по своей силе сокрушительный торнадо, который пронесся над США после отказа прекратить бомбардировки Югославии на период Пасхи, не был случайностью?

Андрей ВОЛКОВ

ХРЯЩ АКУЛЫ ЭФФЕКТИВЕН ПРОТИВ РАКА!

«Два года назад моей 73-летней родственнице пытались сделать операцию по поводу опухоли желудка. Однако в печени оказались метастазы. Оперировать не стали и зашили Сказали, что случай безнадежный, что жить ей осталось три месяца. К счастью, я обратилась в центр «Здоровье-2000» и купила хрящ акулы Моя родственница до сих пор жива, чувствует себя вполне удовлетворительно. Рекомендую онкобольным поверить в этот препарат.

М. В. Морозова, г. Москва».

Комментарий специалиста: «Данный результат можно отнести к разряду выдающихся. Хотя особо удивительного здесь нет. Был применен хрящ акулы очень высокого качества - этот препарат «НОВЫЙ СУПЕР ХРЯЩ АКУЛЫ» с максимальным содержанием мукополисахаридов, а они-то и дают противоопухолевый эффект. Кстати, именно этот хрящ был выбран медиками для проведения клинических испытаний в РФ; подтверждена по крайней мере его способность повышать иммунитет».

Применяемые методы лечения, среди которых основными являются операция химио- и лучевая терапия порой вызывают дисбаланс в иммунной системе, вследствие чего подавляется костномозговое кроветворение и возникают инфекционные осложнения. Любые попытки ослабить побочные эффекты бесспорно являются актуальными.

16-летний мировой опыт работы с хрящом акулы свидетельствует о его способности порой творить чудеса. Например, доктор Контрерас [illegible], добился 87-процентного [illegible] у безнадежных пациентов [illegible] of Naturopathic Medicine», [illegible].

Особое значение высокоочищенный «НОВЫЙ СУПЕР ХРЯЩ АКУЛЫ» имеет в послеоперационный период. По статистике, меньшая половина прооперированных проживает более 5 лет, другим суждено значительно меньше. Поэтому хрящ акулы, применяемый после операции, несомненно, увеличит продолжительность и улучшит качество жизни. Кроме того, он обладает гепатопротекторным свойством, то есть защищает печень от разрушительного воздействия химио- и лучевой терапии.

Практика показывает, что даже малые дозы этого препарата очень эффективны, поэтому он незаменим (хотя бы в качестве профилактики) для лиц с повышенным риском онкозаболеваний

Надежда есть практически у каждого!

Препарат сертифицирован Минздравом, № 000533.И.840.09.98

Консультации специалистов и приобретение в центре «Здоровье-2000», *рег. № 137.107*

АДРЕСА В МОСКВЕ:
СЕМЕНОВСКИЙ ПЕР., 15 (10-этажный корпус с рекламой «БАУФЛЕКС» напротив выхода из ст. м. «СЕМЕНОВСКАЯ»), кр. воскр. Тел.: (095) 360-80-62, 369-00-15, доб. 4-70.
ПЯТНИЦКАЯ УЛ., 28 (ст. м. «ТРЕТЬЯКОВСКАЯ»), ежедн. Тел.: (095) 951-72-71, 959-14-30.
2-я БРЕСТСКАЯ УЛ., 37, магазин «АНТЕЙ» (ст. м. «БЕЛОРУССКАЯ» кольцевая), кр. воскр. Тел. (095) 251-71-85.

Изготовитель: «All American Nutrients», США. Пересылаем по почте (справки по тел.). Доставка по Москве •

СЮРПРИЗЫ ДОЛИНЫ СМЕРТИ

Странные вещи происходят в некоторых местах на территории России. Речь идет об особых зонах, где с неба падают загадочные предметы непонятного происхождения.

В районах Горного Алтая и Калмыкии можно встретить поляны, где валяется множество неизвестных металлических конструкций, поврежденных или совсем новых. Местные жители утверждают, что эти сооружения появляются на поляне в любое время суток, но этого никогда не происходит по воскресеньям и 13 числам. Падение их сопровождается грохотом и свечением в небе, похожими на гром и молнию.

Население близлежащих деревень пыталось использовать детали этих конструкций для хозяйственных нужд, к примеру, делало из них печки. Некоторые находили небольшие цилиндры с серебристой поверхностью, способные долго сохранять тепло. Как правило, человек, который приносил в дом такую «диковину», вскоре заболевал и умирал.

Хорошо известна якутская Долина Смерти (Елюю Черкечех). Там на берегу реки Алгый стоит огромный медный котел, внутри которого уже растут деревья. По преданию, в верховьях реки Вилюй есть и другие гигантские бронзовые котлы — олгуи. Они врыты там в землю с незапамятных времен. Якутские кочевники говорили и о «железной норе» глубоко под землей. По словам тех, кто там побывал, стены этого тоннеля дышат теплом, а в помещениях находятся различные предметы из металла и среди них огромный красный котел с острым краем. Кочевники видели там и... мертвые тела людей странной внешности: «...очень худых, с темной кожей, одноглазых, в железной одежде».

В старину иные охотники останавливались в этих подземных «колодцах» на ночлег. Но все они потом тяжело заболевали, многие умирали... Сегодня Долину Смерти стараются обходить стороной.

Древние якутские мифы гласят также, что под землей скрыта металлическая труба, откуда порой вырывается огонь. Там будто бы живет гигантский пришелец с неба, «сеющий заразу и мечущий огненные мячи».

Такого рода факты указывают на то, что в тех местах повышенная радиация. Но откуда она там взялась, непонятно. Есть мнение, что таинственные радиоактивные железки — это продукция заводов, выпускающих космическую технику. Мол, после испытаний эти аппараты падают именно в указанных местах. Так, расчеты показали, что обломки ракетных носителей, запускаемых на ядерном полигоне в Семипалатинске, теоретически могли падать в якутской тайге. Но тогда почему сами якуты рассказывают, что эти предметы появлялись в Долине Смерти еще в глубокой древности?

Есть и более фантастичная гипотеза, согласно которой на территории Сибири расположена резиденция пришельцев с другой планеты. Их аппараты могут давать радиоактивное излучение. Это вроде бы подтверждают легенды о подземелье, где покоятся трупы существ-циклопов. К сожалению, мы не имеем возможности выяснить, правда ли это. Таким образом, загадка Долины Смерти и других подобных мест до сих пор не раскрыта.

Ирина ШЛИОНСКАЯ

ЛЕЧЕБНО-ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ "ЦЕНТР ЖИЗНИ"
Оригинальные методы лечения отечественными и импортными препаратами. Лиц. ЦЛМД № 8192/8188
Урология: простатит, цистит, уретрит, нарушение потенции.
Венерология: хламидиоз, уреаплазмоз, микоплазмоз, трихомониаз, гарднереллез, кондидоз, герпес, цитомегалия, кондиломы, синдром хронической усталости.
Гинекология: бесплодие, невынашивание, климакс, воспалительные заболевания придатков и матки, эрозия шейки матки, гормональные нарушения, эндометриоз.
Дерматология: лечение псориаза, экземы, хронических зудящих дерматитов, удаление бородавок, папиллом, кондилом, лечение грибковых заболеваний, криомассаж.
Профилактика: внутриутробных инфекций: токсоплазмоза, вирусных гепатитов, краснухи.
Цитомегаловирусный кабинет: бесплодие, невынашивание, врожденная цитомегалия.
Консультирует ДМН профессор Кицак В.Я.
Современные методы диагностики, лазеротерапия, магнитотерапия, электроимпульсная терапия, УЗИ.
Тел.: 229-08-75, 229-45-18. Ул. Большая Дмитровка, д. 20/5, стр. 2, под. 8, код. 1. Ст. м. "Тверская", "Пушкинская", "Охотный ряд".
Прием ведут профессор, кандидаты мед. наук, врачи высшей категории.

ЭЛОГИМ
ВЫСШАЯ МАГИЯ БЕЗОШИБОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА
Рег. № 69326
- **ВОССТАНОВЛЕНИЕ СЕМЬИ, ВОЗВРАТ ЛЮБИМЫХ, ПРИВОРОТЫ, ОТВОРОТЫ.**
- **СНЯТИЕ ЛЮБОЙ ПОРЧИ, РОДОВОГО ПРОКЛЯТИЯ, ВЕНЦА БЕЗБРАЧИЯ.**
- **ТАЛИСМАНЫ НА УСПЕХ, БОГАТСТВО, ОБЕРЕГИ.**

Тел.: 254-19-84, 393-95-96
Ст. м. "Белорусская"

Ведущий целитель России
И. Ю. ХАРАДЗЕ
проводит индивидуальный обряд снятия:
✓венца одиночества; ✓косынки вдовы; ✓проклятия на бездетность и одиночество до 7-го поколения; ✓порчи; ✓испуга; ✓сглаза.
Тел.: 935-65-48, 320-50-82.
Для срочной личной связи пейджер 974-01-11, аб. 88160.
Лиц. № 5874/5870.

Целитель
ОЛЬГА
НЕ ОДНИМИ ОБЕЩАНИЯМИ, А НА ДЕЛЕ,
имея опыт и искреннее желание помочь.
С Божьей помощью помогу тем, кто пострадал от:
- колдовства и приворотов;
- снятие порчи, сглаза;
- восстановление мира и покоя в семье.

Тел. 149-24-58.
Свид. № 4-3454.

ОРДЕН ХРАНИТЕЛЕЙ
ВЫСШЕЕ МАГИЧЕСКОЕ ИСКУССТВО
Предлагаем индивидуальное обучение по авторским программам. Помимо знаний вы получите всю требующуюся атрибутику: карты, пантакли, талисманы, мантию, кинжалы, [illegible] хрустальные шары, пирамиды, кубок, чашу и мн. др., в [illegible] *тщательно подобранную библиотеку, аудио-,* [illegible] Пройдете 4 обряда посвящения и станете членом [illegible] клуба Ордена. Выдается диплом, гарантируются звание [illegible] ОККУЛЬТНЫХ НАУК и трудоустройство в одном [illegible] института:
[illegible]ЭКСПЕДИЦИОННЫЙ" - экспедиции по аномальным зонам.
[illegible]ТАЛЬНЫЙ" - теории, изучение,

Знахарка от Бога ясновидящая ТАМАРА ЦНМ «Целители России»
Помогу всем очно и по фото.
Диагностика, лечение тяжелых заболеваний: **онкология, эпилепсия, болезни суставов, женские заболевания, наркомания, алкоголизм** *с восстановлением психики.*
Порча, сглаз, проклятия, семейные проблемы, возврат любимого, помощь в бизнесе, предсказания ясновидением и на картах ТАРО. Лечебная глина.
ОБУЧЕНИЕ. Т.:919-85-13, 372-67-70.
Лиц № 4679/4675

Гипнотизер-парапсихолог
Биоэнерготерапевт
Избавление от негативных воздействий,

Григорий ГРАБОВОЙ

Применяет ясновидение для решения различных проблем. Исцеляет от острых, хронических и тяжелых заболеваний и новообразований. Проводит восстановление разрушенной ткани. Омолаживает. Корректирует будущее в необходимом направлении. Обучает ясновидению, целительству и дистанционному управлению по своей системе спасения. Оптимизирует бизнес.

Грабовой Григорий Петрович окончил факультет прикладной математики и механики Ташкентского государственного университета. В Москве получил медицинское образование по специальности «лечебное дело». Автор открытия области создания. Открытие сертифицировано в Международной регистрационной палате. Грабовой Григорий Петрович - академик Международной академии информатизации, АЧ ООН, академик Академии медико-технических наук, академик Нью-йоркской академии наук, академик Итальянской академии наук, академик медико-технологических наук, почетный академик Российской академии космонавтики, академик Российской академии естественных наук, доктор наук РАЕН, доктор технических наук, профессор, доктор философии, член Профессиональной психотерапевтической лиги, советник ФАС России. Ясновидящий, целитель и специалист по энергоинформатике. Награжден Российской академией естественных наук серебряной медалью лауреата Нобелевской премии И.П. Павлова «За развитие медицины и здравоохранения». Имеет сертификат присуждения звания «Лучший целитель» по направлению «Биоэнергоинформатика и прогнозирование». Лауреат конкурса Международной академии наук о природе и обществе, награжден медалью Петра Первого «За заслуги в деле возрождения науки и экономики России» и медалью основателя картинной галереи Третьякова П.М. «За развитие культуры и искусства». Факты спасения Григорием Грабовым людей и техники своими способностями энергоинформационного управления запротоколированы сотнями свидетелей, ООН, авиакомпаниями, Центром управления космическими полетами России, правительственными структурами и медицинскими учреждениями. В сотнях различных протоколов установлены способности Григория Грабового дистанционно (на любом расстоянии) точно диагностировать людей и технику, излечивать и управлять материей, спасать от тяжелых болезней и катастроф.

Реализуются три книги Григория Грабового «Практика управления. Путь спасения», содержащие заверенные протоколы результатов работ Григория Грабового, расположенные таким образом, что последовательное чтение книг исцеляет и оптимизирует ваши события. Книги выпущены издательством А. В. Калашникова. К книгам прилагаются дискеты, содержащие тексты трехтомника, и цифровой файл контроля за оптимизацией. Чтение трехтомника передает знания пути спасения через реальную практику спасения. В трех томах расположены факты работ, которые провел Григорий Грабовой, применяя свои способности ясновидения, целительства и дистанционного управления материей, передающие в неявном виде информацию о прошлом, будущем, способах спасения и способах обучения ясновидению, целительству и управлению. В первом томе расположены факты точной диагностики самолетов и вертолетов гражданских авиакомпаний, космической техники, производственных процессов; договор об экстрасенсорной диагностике самолетов президента, членов правительства страны и пассажиров этих самолетов. Во втором томе расположены факты дистанционного управления материей. В третьем томе – факты диагностики людей, излечения от различных заболеваний (включая излечение от рака 4-й степени и СПИДа 4-й степени), воскрешения. Свидетельства трехтомника о результатах Григория Грабового в области ясновидения, дистанционного целительства и управления событиями подписаны очевидцами, заверены печатями организаций нотариально в ООН.

Содержание трехтомника по листам:

Том 1: листы с 4 по 6: дипломы; с 7 по 9: сертификаты, лицензии; с 10 по 200: работы в УУГА; с 201 по 206: договор на экстрасенсорную диагностику самолетов, используемых для полетов президента и членов правительства, и на экстрасенсорную диагностику пассажиров этих самолетов; с 207 по 216: договор о совместной деятельности; с 217 по 224 договор о восстановлении здоровья летного состава бесконтактным дистантным способом; 225, 226: свидетельства; с 227 по 233: работы на ФМЗ, с 234 по 237; свидетельство о диагностике ТУ-144; с 238 по 241 протоколы диагностики [illegible] ческой техники из Центра управления полетами.

Том 2: листы с 251 по 283: встречи; с 284 по 290: диагностика шахт и машин, с 29[illegible] по 303: диагностика и воздействие в области программно-аппаратных средств и компьютеров; с 304 по 387: применение способностей ясновидения и дистантного управления для спасения от аварии, описания событий разных времен, управления событиями, погодой, машинами, НЛО, получения ответов без решения задач математики, физики, химии; с 388 по 418: ясновидение, предсказания и скрытое управление в [illegible]се; с 419 по 472: телепортация, материализация, дематериализация

Том 3: листы с 481 по 604: диагностика людей; с 605 по 704. исцеление от [illegible]ний; с 705 по 712: исцеление от СПИДа 4-й степени; с 713 по 755 исцеление [illegible]

...пирамиды, кубок, чашу и мн. др., в том числе *тщательно подобранную библиотеку, аудио-, видеоматериалы.* Пройдете 4 обряда посвящения и станете членом закрытого клуба Ордена. Выдается диплом, гарантируются звание ФИЛОСОФ ОККУЛЬТНЫХ НАУК и трудоустройство в одном из корпусов института:

"ЭКСПЕДИЦИОННЫЙ" - экспедиции по аномальным зонам.
"ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЙ" - теории, изучение, эксперименты в области УФО, АЯ, магии, экстрасенсорики и пр.
"ПРАКТИЧЕСКИЙ" - практика магии.
"УЧЕБНЫЙ" - преподавание.
"ПЕЧАТНЫЙ" - работа с книгами, рукописями, раритетами и т.д.
"АСТРАЛЬНЫЙ" - боевые магические искусства

Обращайтесь по телефонам: 278-63-42, 300-37-35.

проблемы, возврат любимого, помощь в бизнесе, предсказания ясновидением и на картах ТАРО. Лечебная глина.

ОБУЧЕНИЕ. Т.:919-85-13, 372-67-70.
Лиц. № 4679/4675.

Гипнотизер-парапсихолог
Биоэнерготерапевт

Избавление от негативных воздействий, вредных привычек, зависимостей, импотенции, избыточного веса. Восстановление психосоматического здоровья. Обучение.

Тел. 159-65-29.
Свид. № 002-007

боты в УГА, с 201 по ... зуемых для полетов президента и членов правительства, и на экстрасенсорную ... стику пассажиров этих самолетов; с 207 по 216: договор о совместной деятельности, с 217 по 224: договор о восстановлении здоровья летного состава бесконтактным дистантным способом; 225, 226. свидетельства; с 227 по 233: работы на ФМЗ; с 234 по 237: свидетельство о диагностике ТУ-144; с 238 по 241. протоколы диагностики космической техники из Центра управления полетами.

Том 2: листы с 251 по 283: встречи; с 284 по 290: диагностика шахт и машин; с 291 по 303: диагностика и воздействие в области программно-аппаратных средств и компьютеров, с 304 по 387: применение способностей ясновидения и дистантного управления для спасения от аварии, описания событий разных времен, управления событиями, погодой, машинами, НЛО, получения ответов без решения задач математики, физики, химии; с 388 по 418: ясновидение, предсказания и скрытое управление в бизнесе; с 419 по 472: телепортация, материализация, дематериализация.

Том 3: листы с 481 по 604: диагностика людей; с 605 по 704. исцеление от заболеваний, с 705 по 712: исцеление от СПИДа 4-й степени; с 713 по 755: исцеление от рака 4-й степени; с 756 по 761. восстановление жизни человека после его биологической смерти.

Издательством реализуются труды Г. П. Грабового «Прикладные структуры создающей области информации» и «Унифицированная система знаний».

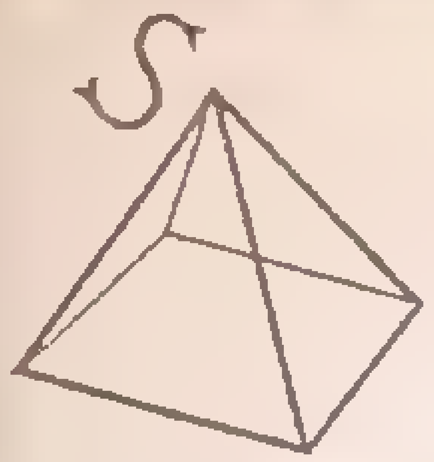
С помощью дискет, содержащих факты практики спасения, проведенной Григорием Грабовым, производится цифровая диагностика восстановления человека на клеточном уровне

Запись на прием к Григорию Грабовому в г. Москве производится по телефонам: (095) 796-48-88, 796-70-99.

Приобретение восстановительного комплекса, книг и методик Григория Грабового по телефону: (095) 334-28-11, E-mail avkmail@orc.ru

Лицензия Комитета здравоохранения Москвы серии ЦЛМД № 8328/8324
• Информация в Интернете по адресу: www.Grigori-Grabovoi.ru

ОТ ДУРНОЙ ГОЛОВЫ...



Стоит только обратиться к фольклору, как память услужливо подскажет, что рыба гниет с головы, что от дурной головы страдают ноги и т.д. и т.п. Народ-таки знает, сколь много значит голова для человека!

Подтверждение этому на высоком научном уровне удалось получить в Институте человековедения «Весь человек отражен в мозге, и наши сотрудники принимают это за аксиому», — так сказали нам в этом лечебном центре, где и разработана единственная в своем роде совершенно безопасная методика электроэнцефалографии (ЭЭГ) мозга.

Суть этой разработки в том, что сканирование мозга пациента осуществляется по 840 параметрам. На цветных картах-рисунках очень конкретно отражено, какие изменения в мозге и психике возникают при лечении биоэнергией, ясновидении, медитации, гипнозе или при развитии каких-либо феноменальных способностей.

Кроме выявления грубых повреждений мозга вследствие травм, ушибов, опухолей, эпилепсии, новая методика позволяет фиксировать изменения, обусловленные тонкими перестройками в работе мозга, связанными с кризисными периодами детства, юности, переходом от зрелого возраста к пожилому, при неясных головных болях, синдроме хронической усталости.

На цветной карте новой методики ЭЭГ в Институте человековедения могут выявить наличие отрицательного энергетического воздействия, связанного с магическими внедрениями.

Необычные состояния сознания, нарушения сна, алкоголизм, токсикомания, наркомания, приводящие к поражению мозга, ясно видны на цветной карте ЭЭГ

Своевременное выявление и раннее устранение отклонений в работе мозга позволяет предупредить серьезные заболевания, вызванные истощением нервной системы и психики

В Институте человековедения, как нигде, проводится четкая диагностика творческих способностей взрослых и детей, даются консультации по их развитию и профессиональной ориентации Уже более 12 лет благодаря этой необыкновенной методике, не применяя гипноза и медитации, развивают творческую интуицию у детей от 5 до 17 лет.

В соответствии с результатами этих замечательных диагностических исследований пациентов лечением возвращают к состоянию нормы.

В заключение приведем слова президента института Т.Н. Дащинской: «Чтобы получить такие результаты, как после нашего лечения, нужно либо заново родиться, либо перенести кардинальную операцию мозга. Но мы возвращаем здоровье без хирургического вмешательства не только благодаря виртуозному мастерству наших специалистов, но и поддержке свыше».

В.В.

Предварительная запись по тел. 305-17-87.
Работаем все дни недели, кроме вторника, с 11.00 до 18.00.

Познай себя
Центр магии «Альбина»

Прием ведет народная целительница и бакалавр белой магии госпожа Альбина.

Все виды магической помощи:

Ясновидение (просмотр ситуаций), снятие порчи, родового проклятия, любая защита.
Талисманы: на удачу, бизнес.
Гадание на картах и свечах.
Психологическая реабилитация (стрессы, депрессии).
Целительство.
Приходите, даже если вы совсем отчаялись.

Тел.: 180-70-77, 327-47-53, 326-62-65.
Свид. №16/9861.

Михаил ДНЕПРОВ
потомственный целитель,
более 20 лет успешной работы.

- Биоэнергетическое воздействие на сердечно-сосудистую систему, желудочно-кишечный тракт, органы зрения и слуха, диагностическое ясновидение (можно по фото).
- Снятие отрицательной энергетики (порча, сглаз и т. д.), защита.
- Восстановление опорно-двигательного аппарата (радикулит и т. д.).
- Восстановление жизненных сил, оберег.

Свид. 3-3737

Тел. 247-62-75, доб. 1090, ст. м. «ВДНХ».

ПОТОМСТВЕННЫЕ ЯСНОВИДЯЩИЕ

Предсказания, открытие «третьего глаза» за 1 сеанс, лечение тяжелых заболеваний и т.д., избавление от невезения, одиночества, порчи, сглаза, проклятия, помощь супругам
Первая консультация бесплатно

Тел. 488-75-65.
Рег. 614-ЮР от 19 апреля 1996 г.

МАГИЯ БЕЛАЯ И ЧЕРНАЯ
Ясновидение по фото.
Все виды услуг.
Тел. 701-97-69.

ГАДАЮ: КОФЕ, КАРТЫ
Тел. 976-97-98.

Магия лучшая. Любовь. Бизнес.
Избавление от порчи, наркон., алког., курен., ожир., Поисзков, переживаний от обиды, потери близких. Помощь заключенным. Заговоры, талисманы, ясновидение, разные гадания.
Лучш. целитель России – сертификат 0020.
Тел. 434-34-44, рядом с метро.

Телефоны рекламных отделов:
755-91-08(09), 207-33-26, 207-30-31, 255-95-08, 205-39-47

(Окончание. Начало в № 13)

Я уже потратил на поиски храма четыре года, иногда меня мучали сомнения, хотелось все бросить, отступиться... Тогда я успокаивал себя: в крайнем случае напишу научно-фантастический роман... Но порой вдруг приходила ошеломляющая информация, хандра и сомнения отступали, я включался в режим поиска с новой силой.

«Коль есть такие суперконтактанты, — спросите вы, — почему они не могут сразу сказать, где находится храм?» Такой вопрос уже задавался. Вот вам ответ: « рассчитывайте только на нашу подсказку. Иногда мы можем подтолкнуть вас к каким-то действиям, но не более». (То есть они поступают с нами так же, как учителя по отношению к ученикам.)

А подсказками я пока располагаю такими: планета Сатра находится сравнительно недалеко от нашей Солнечной системы, нас разделяют семь световых лет. Все планеты их системы обитаемы. Сущности, которые живут на них, на нас не похожи, но они могут принимать (как Хануман) любой облик и объемы. Общаются они телепатически и «видят» во всех направлениях одномоментно с помощью своеобразных биолокаторов, способных принимать любое излучение. Именно они построили храм близ нынешнего Окунево. *И могут помочь нам найти его и Кристалл. Они и сейчас находятся среди нас и иногда выходят на прямой контакт с нами.*

Надо сказать, тонкий мир уже знает, что мы, как способные ученики, все-таки проявим себя и откроем храм миру. «Летом 1999 г. его обнаружит группа людей, которые специально будут заниматься его поиском».

Дай-то Бог, дай-то Бог... В это [illegible] хочется верить. Тем более [illegible]не, похоже, довелось соприкоснуться [illegible] с чем-то та[illegible], расска[illegible] [illegible] 8 июля [illegible] мате- [illegible] 27 [illegible]

Спустя четыре месяца, поздней осенью, тоже ночью, моя мама, выглянув в окно, увидела сразу четыре небольших желтых шара, висевших неподвижно на высоте 2–3 м над речкой. Такое чудо она видела впервые за 70 лет жизни. Но... глазам своим не поверила и меня, увы, не разбудила.

Но вернемся в Окунево, где я, кажется, изучил и заснял на видео- и фотопленку каждый уголок. Здесь 18 июля 1996 г. я стал свидетелем необычного явления природы. (Вообще все, что происходило со мной

грузилось под землю, а сверху вполне мог образоваться водоем.

Удивительно и то, что молния дважды ударила как раз в то место, где находилось Шайтан-озеро! Неужели место расположения храма наконец-то найдено? Все решит сезон 1999 г. Поживем — увидим.

Вместо послесловия

В Белоруссии близ деревни Купище есть необычная поляна, которую местные жители прозвали Громовищем. По местному преданию,

нех областях не было льдов. В районе Кольского полуострова, в части нынешней Архангельской области, а также в районах, примыкающих к Полярному Уралу, существовала высокоразвитая цивилизация. Древние греки называли ее Гипербореей. У нее имелось и другое название — Арктида.

Золотой век арктидов, как пишет в своей книге «Тайна русского народа» В. Демин, продолжался 144 тыс. лет и закончился 9 тыс. лет назад исходом наших прапредков во главе с Рамой (героем великого ин-

психическую энергию, обеспечивать контакт с космическим информационным полем, что давало обладателям такого камня знание о прошлом, настоящем и будущем»

Барченко знал, что говорил, поскольку читал древнейшие тексты, написанные особым «идеографическим» письмом. К сожалению, результаты его изысканий были строго засекречены и канули в архивах НКВД. Самого ученого, обладавшего экстрасенсорными и ясновидческими способностями, расстреляли.

В свое время за этим тайным знанием активно охотились эсэсовцы, снаряжавшие экспедиции в Тибет и Индию. Они называли себя арийцами (благородными), хотя таковыми не являлись. И символ свастики, дискредитированный ими, принадлежал нашим прапредкам — гипербореям-ариям.

Эсэсовцы искали древние манускрипты, но не нашли. Некоторые из них были обнаружены лишь в конце восьмидесятых. Когда ученые произвели экспертизу чертежей летательных аппаратов древних, то пришли к выводу, что если по ним построить самолет — он полетит, ракету — она выйдет в космос!

В одном из городов Московской области с борта вертолета проводилось электромагнитное сканирование с целью поиска повреждения телефонных коммуникаций. В результате чисто случайно на глубине 26 м был зафиксирован силуэт какого-то аппарата, очень похожего на реактивный самолет, а рядом человеческая фигура. Современный самолет здесь упасть не мог, поскольку территория эта застроена более ста лет назад. Судя по глубине залегания, объект находится там очень давно. (Кстати, гипербореи могли летать!)

Но *меня* здесь привлекло вот еще *что: точное* местонахождение *храма близ* Окунево и его контуры *можно* также *определить с помощью сканера!*

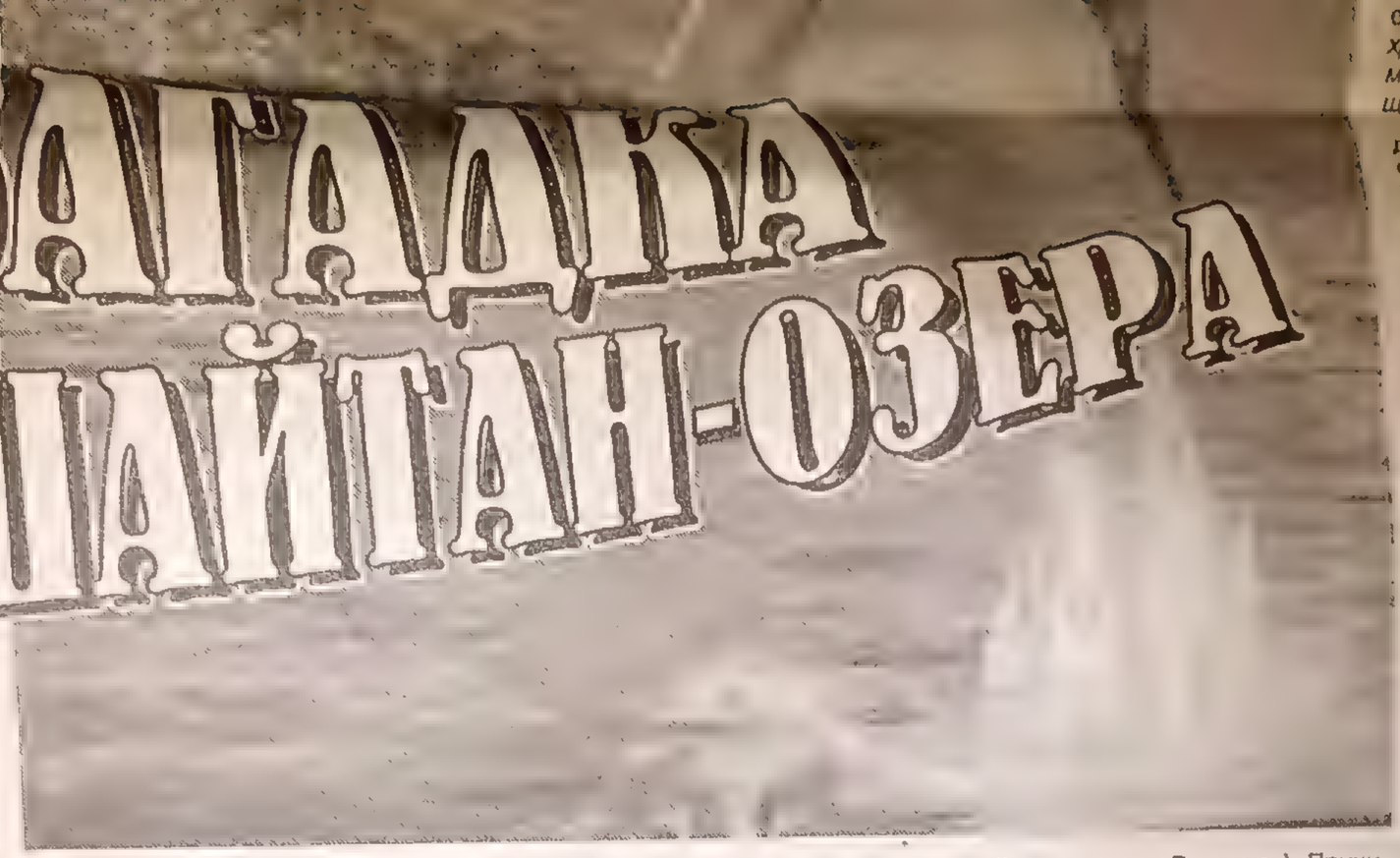
И еще: на стенах одного из древнеиндийских храмов видны следы воздействия очень высоких температур. Камень оплавлен. Не исключено, что это последствия ядерного взрыва.

Фашисты знали, за [illegible]

Таинственные пришельцы с планеты Сатра 300 тыс. лет назад построили в Сибири храм, в котором оставили землянам Кристалл с уникальной информацией. Хотя сведения о храме Ханумана получены с помощью контактеров, журналист и писатель Михаил Речкин считает, что храм и Кристалл вполне реальны, а находятся они на дне Шайтан-озера.

ЗАГАДКА

ЗАГАДКА ШАЙТАН-ОЗЕРА



...таким... А впрочем, расскажу все по порядку.

Это произошло в июля 1997 г. в доме моей матери в Муромцево – в 27 км от Окунево. Засыпая, я вдруг подумал: «Как же выглядели те существа и где все-таки находится храм? Может быть, я действительно, как мама говорит, дурью маюсь?..»

Ночью проснулся так, словно вынырнул из глубокого омута. Сел на кровати, пытаясь прийти в себя и переживая только что увиденное, ошарашенно огляделся. Что это?! Сон или явь? Видение было настолько ярким и четким, что вызывало оторопь.

Я видел две очень высокие величественные фигуры, облаченные в ниспадающие до пола одежды. Одно из... обезьяноподобных существ (!) повернулось, и ткань начала переливаться то золотистыми, то серебристыми змейками. У меня создалось впечатление, что необычный материал их одеяний соткан из мельчайших серебряных и золотых колец. Но самой выразительной деталью их одежды была оранжевая полоса, идущая от горла к ногам. Запомнилось и то, что фигуры почему-то стояли ко мне боком, а не «лицом».

Я встал с кровати, открыл входную дверь и быстро вышел в огород, чтобы там умыться холодной водой из бочки. Уже занималась заря. Было прохладно и тихо. Над речкой, за огородом, клубами поднимался густой туман, сквозь который пробивалось яркое пятно света, напоминавшее светящийся кокон. Стоп?! Откуда здесь свет? Там же нет никаких фонарей!..

Я несколько минут с удивлением рассматривал необычное свечение, но почему-то у меня не возникло желания пойти и посмотреть: что же там все-таки за туманом?.. А ведь раньше всякий раз, когда я видел что-то необычное, сразу бежал за фотоаппаратом или видеокамерой, но тут начисто забыл об этом.

Уже утром я тщательно обследовал таловые кусты, где ночью наблюдал необычное свечение, но нигде даже захудалой лампочки не нашел. Следующей ночью снова увидел – темень! Что это светило, так и осталось загадкой.

в полдень того дня, можно отнести к разряду аномального.)

Я находился в Окунево в гостях у москвички-художницы Ирины Мишной. Неожиданно у меня появилось непреодолимое желание пойти в сторону дома, где жил мой знакомый. Я быстро пересек улицу, вошел во двор, достал из сумки фотоаппарат и... полез на полусгнивший забор (клянусь, я в тот момент не понимал, что делаю). Взгромоздившись на верхнюю жердину, навел объектив «Панасоника» прямо перед собой и нажал на кнопку. Вдруг сверху вниз ударила желто-оранжевая молния, воздух стал стремительно сгущаться, приобретая сизоватый оттенок. Тем не менее фотографию я сделал и без всяких комментариев выслал Ольге Гурбанович. На левой стороне фото она «увидела» астральное проявление храма. Спустя некоторое время ко мне попала пленка любительской видеосъемки этого места, сделанной с самолета АН-2. На ней совершенно отчетливо видно, как под гладкой поверхностью Шайтан-озера проступает белая кольцеобразная структура... очень правильной формы.

Согласно мифу, когда храм окружили вражеские полчища (демоны), посвятилище неожиданно для них по-

на этой поляне когда-то стоял дом зажиточного пана. Однажды мощный разряд молнии убил пана и сжег его поместье.

Гроза словно полюбила это место и стала метать в поляну огненные стрелы. Позднее люди заметили, что над поляной периодически появляется необычное свечение, после чего в небо устремлялся луч света.

Археологи произвели на поляне раскопки и обнаружили руины древнего сооружения, сложенного из огромных каменных блоков. Здесь же откопали бронзовую статую неизвестного божества и каменные плиты с надписями на неведомом языке. Ученые сделали вывод, что в Полесье задолго до Киевской Руси существовала высокоразвитая цивилизация. Но какая? Ответа они не дали.

Надо сказать, что в разное время на территории России были обнаружены и другие подобные места. Более того, оказывается, в бывшем Союзе существовал закрытый институт, который занимался исследованием древних святилищ и кадищ на предмет использования их *как средств дальней космической связи!*

К тому же тысячи лет назад в приполярных широтах был другой, мягкий и теплый, климат, в поляр-

дийского эпоса «Рамаяна»). Причиной исхода стали крайне неблагоприятные космические условия и изменение климата (оледенение).

Наиболее глубоко в тайну Гипербореи-Арктиды проник русский ученый-эзотерик Александр Васильевич Барченко (1881 – 1938). Он был одним из посвященных в древнее знание Дюн-Хор. Барченко считал, «что наши прапредки владели универсальным Знанием... и тайной расщепления атома, иными источниками энергии, а также действенными средствами психотропного воздействия на людей». И эти знания не исчезли, они сохранились в закодированной форме, их можно отыскать и расшифровать.

Не исключал Барченко **и возможности палеоконтакта между древней человеческой и внеземными цивилизациями. На сей счет он располагал какими-то особыми сведениями.**

Барченко при поддержке академика В.М. Бехтерева организовал экспедицию на Кольский полуостров. *«Одна из скрытых подцелей Кольской экспедиции – поиск таинственного камня, ни больше ни меньше как с Ориона. Этот камень был якобы способен накапливать и передавать на любые расстояния*

еще что: точное местонахождение храма близ Окунево и его контуры можно также определить с помощью сканера!

И еще: на стенах одного из древнеиндийских храмов видны следы воздействия очень высоких температур. Камень оплавлен. Не исключено, что это последствия ядерного взрыва.

Фашисты знали, за какими тайнами охотились. И Барченко, скорее всего, владел истинными знаниями, тем более что возглавлял едва ли не самую секретную лабораторию в НКВД, за что и поплатился жизнью. Вполне возможно, что тем самым Кристаллом – главным талисманом храма Ханумана близ Окунево – является один из осколков камня с Ориона. Тем более что, согласно преданиям, он был разделен на отдельные фрагменты. Сколько их было, никто не знает. Тайна универсального знания Дюн-Хор, вероятно, также сокрыта в хранилищах храма. Там все в целости и сохранности. Конечно, нельзя не отметить поразительное сходство между легендами о невидимом граде Китеже и храмом Ханумана. Возможно, их объединяет то, что в Большом Китеже и храме были посвященные в одно и то же знание, с помощью которого удалось опустить город и святилище под землю. В одном случае на месте погружения образовалось озеро Светлояр, в другом – Шайтан-озеро.

В храме Ханумана кроме Кристалла хранится немало других ценностей, возможно, ритуальные изделия из золота, платины... Одним словом, любителям легкой наживы там есть, чем поживиться. Моя бабушка меня предупреждала: помни, золото хохочет и порой очень зло хохочет.

Четырнадцатилетняя ясновидящая из Люберец Полина в письме ко мне подтвердила наличие храма в районе Шайтан-озера, более того, она утверждает, что к храму ведет подземный ход, и на карте указала место, откуда он начинается. При этом она предупредила: если в подземный ход попадет *чужой*, то пол и потолок сомкнутся мгновенно. И все-таки она убеждена, что храм скоро найдут!

Дай-то Бог! Ибо, согласно преданию, если в ближайшее время мы не вступим в контакт с Кристаллом, то **канал дальней космической связи закроется.**

Мир НОВОСТЕЙ

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ
«МИР НОВОСТЕЙ»

предлагает Вам опубликовать ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ на страницах следующих изданий: **«Мир новостей»**, **«Мир зазеркалья»**, **«Мир садовода»**, **«Суперкроссворд»** и **«Кроссворденок»**.

Для размещения строчного объявления необходимо иметь при себе паспорт, лицензию на рекламную деятельность.

Заказать и оплатить объявление Вы сможете по адресу: станция метро «Сухаревская», проспект Мира, д. 5, магазин «Мир видео*кассет» Мир ВИДЕО*КАССЕТ

Ежедневно с 11.00 до 18.00 (кроме субботы и воскресенья).

Справки по телефону 207-88-63.

САЛОН ОККУЛЬТНЫХ НАУК
«НИКА»

проводит набор на курс обучения по уникальной программе:

* тайны любовной магии; * открытие экстрасенсорных способностей, «третьего глаза»; * диагностика различных энергетик и ситуаций; * снятие порчи, сглаза, приворотов, проклятий; * постановка защиты дома, семьи, бизнеса от колдовства; * «русская отчитка»; * работа с рамками, шарами; * Тарология; * законы астрала и многое другое.

Диплом.

Обучение группами (4 чел.) и индив.

В салоне помогут решить самые сложные ситуации (работа, семья, бизнес), поставят код на удачу.

Тел. (095) 712-39-83 (с 10 до 21 ч.).

Эмиль Багиров

САЛОН КОСМОЭНЕРГЕТИКИ

Очищение от любого колдовства, сущностей (чертей, бесов) и лечение только с помощью Божественной Космической Энергии.

Лара Фусу

С чем бы вы ни обратились к нам, вы обязательно решите не только свою проблему, но и целый ряд других. Улучшив судьбу, улучшится и здоровье, и наоборот. Избавляясь от мучений и страданий, попутно все худеют, омолаживаются, избавляются от морщин, бородавок, жировиков, волос в ненужных местах. Рассасываются шрамы, исчезают даже родимые пятна.

Уникальные, сенсационные результаты, не имеющие аналогов нигде в мире!

Обучение. Всем прошедшим I ступень гарантируется как минимум видение чакр, ауры, вн. органов.

345-73-19; 467-92-39.

Ст. м. «Комсомольская», 1 мин. пешком.

Лиц. № 10165.

"ПРИВИВКА" ОТ АЛКОГОЛЯ!

Кабинет анонимного лечения "Колес", по оценкам специалистов и многочисленных пациентов, - один из лучших в Москве. Здесь успешно проводятся уже традиционные методы лечения алкоголизма: кодирование, "торпедо", эспераль и особенно **методика двойного блока,** позволяющая практически полностью снять тягу к алкоголю как у первичных, так и у хронических больных. Интервью перед кабинетом. Александр П., водитель, 29 лет: "Год назад лечился в "Колесе", кодировался на год. За это время почувствовал себя другим человеком: на машину почти скопил, да и в семье все наладилось. Теперь хочу повторить лечение, думаю, годика на два попробовать". Владимир Петрович С., бригадир: "Седьмого человека из бригады привожу сюда **на двойной блок,** как в детстве на прививку. Все ребята чувствуют себя отлично, работают с огоньком, прогулы исчезли, и заработки повысились. Спасибо доктору". "Колес" - это высокопрофессиональный подход к каждому пациенту, контроль и консультации в процессе лечения. Также проводится нейтрализация любых препаратов.

Гос. лицензия № 6282/6278.

Прием в поликлинике без выходных, запись по тел **(095) 245-91-40.**

КОНДИЦИОНЕРЫ
монтаж, поставка

низкие цены - сплит система от 530 у.е.
Бесплатная доставка по Москве.
Гарантия 1 год.
т. 964-25-73, т/ф 964-25-29.
"Группа РФК", Преображенская площадь, д. 6/68.

Ведьма Арго
Потомственная в 4-м поколении Магистр Черной магии и Вуду

- Сильнейший приворот, отворот, нейтрализация соперника(цы), соединение судеб.
- Снятие порчи, проклятия по 7 коленам.
- Золотой обряд на деньги.
- Омоложение организма, коррекция веса.
- Остуда к спиртному и наркотикам.
- Колдовская защита.
- Наказание.
- Любая магическая помощь.

Мир Вашему дому!

Тел.: (095) 304-23-34 (с 9 до 21 ч.), **146-62-26** (с 16 до 21 ч.).

Метод развития Разума, активизации интуиции и снятия стресса.

Хосе Сильва

Базовый курс.
Формируются группы обучения.
Тел. 345-37-34.

Центр магии «ПРЕСВЯТОЙ МАРИАМ»

ЦЕЛИТЕЛЬСТВО, ЛЕЧЕНИЕ.
Избавление от алкоголизма, наркомании
Работа с детьми и подростками. Психолог. помощь.
Предсказание судьбы по фото и картам
Снятие порчи, сглаза, венца безбрачия, вернем любовь, спокойствие. Обучение

т.: 282-95-50, 282-09-01.

ИЗВЕСТНАЯ МОСКОВСКАЯ ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА

Авиэтта АРИСЯН

принимает

Будни – с 10 до 18 часов, суббота – с 10 до 13 часов.

Тел.: 191-45-91, 911-77-50

Людмила Галактионова

- Ясновидение (просмотр любых ситуаций).
- Снятие порчи, родового проклятия.
- Защита. Индивидуальные талисманы.
- Наркомания (без ломки). Лечение.
- Психологическая помощь.
- Радикулит (остр. боль 1–3 сеанса).

250-25-62, 250-24-75.

Центр реабилитации и парапсихологии «ЭФА».

медицинский центр "МЕДХЭЛП"

Гинекология
Аборты в день обращения.

Урология
Простатит, инфекции, ДНК, обрезание.

Кардиология
ЭКГ, ЭХО-КГ, стресс-тест.

Дерматология
Бородавки, папилломы, криомассаж.

Маммолог

Уход за больными
На дому и в стационаре.

Лиц. № 5612/5608.

ЛУЧШИЕ ЦЕЛИТЕЛИ РОССИИ
МАТУШКА ОЛЬГА

...показали исследования специалистов, при воздей... человека на расстоянии, процент избавления от ... зависимости очень велик.
... побывать у народного целителя... - это... человека; владе-

ПАНСИОНАТ "ПРИБРЕЖНЫЙ"

Истринское водохранилище, лес, пляж, лодки, рыбалка, сауна, бильярд, 2-3-местные номера. 150 руб. без удобств, полулюкс 200 руб.

- **Лечение варикозного расширения вен, сосудистых звездочек (без операций)**
- **Удаление расширенных капилляров на лице (аппарат США)**
- **Удаление папиллом, бородавок (аппарат США)**

ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА РОССИИ
МАТУШКА ОЛЬГА

Как показали исследования специалистов, при воздействии на человека на расстоянии, процент избавления от алкогольной зависимости очень велик.

Мне довелось побывать у народного целителя... - этого уникального по своим способностям человека, владеющего многими методиками лечения больных, энерготелевта высочайшего класса! Она лечит множество болезней, за которые уже не берется традиционная медицина. Всем известно, сколько бед и несчастий приносит тяга к спиртному, хронический алкоголизм! Она достигла здесь чудодейственных результатов. При лечении больного не требуется даже само присутствие пациента. Излечение наступает на 3, 4-й день после обращения. Она позволяет людям вернуться к подлинному семейному счастью! Как показывают многочисленные статистические данные, она входит в десятку сильнейших целителей России по избавлению от алкогольной зависимости. После лечения не наступает никаких побочных эффектов, что также весьма немаловажно. ОНА ЛЕЧИТ также от сглаза и порчи. Людей часто подкарауливает горе: более завистливая подруга или нечистоплотный бизнесмен заказывает порчу и дела сошли на нет... Рушится все в семье... Она быстро находит причину, снимает саму порчу или сглаз и ставит защиту. В результате налаживается бизнес, в семью возвращается счастье! Лечит многие другие болезни, такие, как: язва желудка и двенадцатиперстной кишки, урология, кожные заболевания, нервные расстройства, депрессия, похудение, плохой цвет лица; самое важное - ее методы быстродействующие и без последствий. То есть болезни вылечиваются до конца! Как превосходный белый маг, она просматривает любую жизненную ситуацию, вносит коррекцию в судьбу. Прерывает негативные программы, заложенные еще много лет назад... Дает установку на любовь, счастье и удачу в делах. Разрешает практически любые жизненные ситуации. Может поставить защиту на детей от сглаза и порчи. Выводит их из дурных компаний. Раскрывает женскую привлекательность, изменяет ситуацию, снимает застенчивость. Она также и прекрасный семейный психоаналитик. Не идет "что-то" в домашних отношениях и болезни еще вроде не подступили, а счастья нет... Разрешит и эти проблемы. Будет Вашим семейным врачом и помощником. Как к одаренному человеку и целителю к ней обращаются очень многие больные. Сколько благодарностей написано в ее адрес! Скольких людей спасла она от смертельных недугов! Сколько людей мысленно посылают ей свою благодарность!

299-20-30, 299-06-06,
299-70-13, 299-63-14.

Лиц. ЦЛМД № 7589/7585.

АРИСЯН

принимает

Будни – с 10 до 18 часов,
суббота – с 10 до 13 часов.

Тел.: 191-45-91,
311-77-50.

Подробности в строке
Интернет: e-mail (почта):
we tohka@orc.ru
web-page (страница):
www.orc.ru/
~wetohka.

ОТВЕТЫ НА СУПЕРКРОССВОРД

По горизонтали: 1. Газманов. 3. Набоков. 7. Разум. 10. Давка. 11. Буй. 12. Рыба. 14. Расписание. 15. Яхта. 16. Вал. 18. Пикассо. 21. Воланд. 24. Гонка. 26. Деликатность. 27. Подарок. 29. Дерево. 30. Ярмольник. 32. Класс. 33. Есенин. 35. Черви. 38. Обзор. 40. Перекат. 42. Мусс. 43. Облик. 44. Аист. 45. Таз. 46. Кекс. 48. Белка. 52. Вакса. 54. Прогноз. 56. Щорс. 57. Саботаж. 59. Казнь. 60. Конура. 61. Дудка. 62. Рейд. 64. Гирлянда. 66. Ватт. 68. Каин. 70. Бар. 71. Валторна. 73. Литургия. 75. Шаблон. 76. Пиаф. 77. "Нерв". 79. Пряник. 81. Цаца. 83. Булава. 84. Ария. 85. Магдалена.

По вертикали: 1. Громоотвод. 2. Водовзводная. 3. Навар. 4. Брасс. 5. Корзинка. 6. Вобла. 7. Рай. 8. Зубы. 9. Мгла. 12. Рея. 13. Батик. 17. Лаос. 18. Пень. 19. Сундук. 20. Огарок. 22. Ахинея. 23. "Джакобс". 25. Аэростат. 27. Панорама. 28. Клад. 29. Депозит. 31. Мангал. 33. Ермак. 34. Насос. 35. Чайковский. 36. Ипостась. 37. Белое. 39. Звездопад. 41. Арык. 47. Казанова. 49. Литр. 50. Аджика. 51. Моцарт. 53. Коза. 54. Предвкушение. 55. Накал. 58. Бушлат. 63. Друг. 64. Говядина. 65. Дон. 67. Арлекин. 69. Налив. 70. Бенуар. 72. Авантюра. 74. Реакция. 76. Покер. 78. Рагу. 80. Яга. 82. ЦУМ.

- Психологическая помощь.
- Радикулит (остр. боль 1–3 сеанса).

250-25-62, 250-24-75.
Центр реабилитации и парапсихологии «ЭФА».

Маммолог
«Уход за больными»
На дому и в стационаре.
Тел.: 915-38-79, 234-18-04

ПАНСИОНАТ "ПРИБРЕЖНЫЙ"
Истринское водохранилище, лес, пляж, лодки, рыбалка, сауна, бильярд, 2-3-местные номера. 150 руб. без удобств, полулюкс 200 руб. с удобствами в номере.
539-29-17.

- Лечение варикозного расширения вен, сосудистых звездочек (без операций)
- Удаление расширенных капилляров на лице (аппарат США)
- Удаление папиллом, бородавок (аппарат США)

м. "Динамо" (рядом) **289-5137**
лиц. № 6163/6159

Салон белой магии «999»

ОКАЗЫВАЕТ УСЛУГИ, ПРОВОДИТ ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБУЧЕНИЕ.

1. Диагностика магических воздействий. Снятие порчи, приворотов, безбрачия, проклятий.
2. Все виды гаданий (ТАРО и т.д.), ясновидение.
3. Поиск пропавших людей, машин, документов. Просмотр и оказание помощи.
4. Чистка и защита помещений.
5. Изготовление пантаклей, талисманов, оберегов: на удачу, успех в деньгах, хорошую учебу, торговлю, защиту и т. д.
6. Устранение семейных неурядиц. Соединение супругов.
7. Алкоголизм, оказание помощи мужчинам и женщинам.
8. Отчитывание православными молитвами.
9. Обряд экзорцизма (изгнание бесов).

И другие услуги.

Проводит очное и заочное обучение по программе:

★ Биоэнергетика – защита, чистка каналов и т. д.;
★ Ясновидение – открытие «третьего глаза» и др.;
★ Биолокация – режим поиска и т. д.;
★ Гадание: ТАРО и др. виды гаданий;
★ Белая магия – снятие сглаза, порчи, проклятий, других энергетических воздействий. Изготовление талисманов, амулетов, пантаклей. Магические церемонии, обряды, заговоры, молитвы. Методы защиты. Практическое применение древнейших разделов магии, работа с кармой, многое другое. Предполагаются практические занятия с выездом в различные интересные места.

По окончании выдается диплом с правом работы.
Гарантируется оказание помощи в дальнейшем.
Предлагаются дополнительные ступени повышения квалификации специалистов.
ЕСЛИ ВАС ДОРОГА ПРИВЕЛА К НАМ, ОТБРОСЬТЕ СОМНЕНИЯ И ЗВОНИТЕ.

Тел. 208-64-70 (с 8.00 до 24.00).
Свид. № СВ-7/10926.

Госпожа Наталья
Потомственная предсказательница.
Гадание по руке, по планете, на картах, снимет порчу, сглаз.
Помогает в любви и делах.
т.125-13-00,125-79-07

МОРЕ
Загранпаспорта, визы.
Автобусные туры. Детский отдых.
Тел.: 941-58-86, 940-27-96.
Лицензия В-354421
Сертификат соответствия РОСС RU 0001 12У073 У00076

ПАРАПСИХОЛОГИЯ ЭНЕРГОТЕРАПИЯ
Высокий уровень диагностики и
Набор на обучение суггестии
Тел. 475-88-84

ОСТОРОЖНО, ЗЕРКАЛО!

Зеркала есть в каждом доме. Мы привыкли к ним и даже не подозреваем, что, по многочисленным поверьям, зеркала могут приносить как пользу, так и страшный вред.

Д[illegible] ...ье, где [illegible] ...ись к древним [illegible] верьям. Ну и как тут [illegible]

[illegible] ключения, родственников и знакомых, но самое главное — у нее на каждый случай были свои приметы и присказки. Она, например, никогда не носила брошей, а вместо них надевала малюсенькие зеркальца. Спрашивается, к чему такое чудачество? Издревле считалось, что сатанинские силы, увидев себя в зеркале, непременно оставят в покое человека и уберутся восвояси, потеряв свою магическую силу. Можно, конечно, упрекнуть наших предков в том, что они были людьми темными. Но на самом деле не такое уж это было дикое поверье. В наше время ученые доказали способность зеркальных поверхностей гасить идущие навстречу отраженные сигналы от аналогичного источника. Какие сигналы способен испускать сатана, известно, наверное, только одному Господу Богу, однако наши предки, видимо, знали, что делали. Так, они иногда ставили небольшие зеркала на подоконники, развернув их зеркальные поверхности в сторону улицы или входной две[illegible] ...гало оградить до[illegible] ...кое-где еще жива.

Лето 1939 г. в Эстонии было знойным и тревожным. Страна жила в ожидании крупных политических перемен. Не только прибалтийские [illegible]

...чуть не закончившийся крупной се[illegible] ...зеркало было

...ла, меняя своих хозяев, становятся свидетелями не только приятных со[illegible] ...смерти, страданий и

О зеркалах-убийцах в свое время много писали. В наши дни на этот счет также появились самые [illegible] Некоторые спе[illegible]

[illegible] речи? [illegible] ...т быстро стареет. Бо[illegible] ...й древней мудрости. Тогда [illegible] подумать о том, что [illegible] 70 – 80 появятся [illegible] биоэнергетики, которые [illegible] должное зеркалам как энергетическим вампирам, способным вытягивать из нас жизненные силы.

Всегда подчеркивалось, что от зеркала по возможности желательно отводить глаза, так сказать, на всякий случай, во избежание сглаза и порчи. Однако попробуйте это доказать ребенку, который обычно всегда поступает наоборот. Частенько родители нас наставляли: в спальне не должно быть зеркал, чтобы болезни окончательно не доконали. Особо опасными считались зеркала, обращенные в сторону спящих. Что по этому поводу говорят нынешние мудрецы? Да, действительно, зеркала могут отражать определенную «нежелательную» энергию, вызывающую бессонницу, усталость, нервозность. Так откуда же обо всем этом знали наши бабки и деды? Они же придумали способ цивилизованной «борьбы» с зеркалами в спальне. Если жаль с ними расставаться, то лучше закрыть их на ночь чем-нибудь непрозрачным. Дьявольские [illegible] ...ы таких «экранов» не переносят! [illegible] обряды и традиции [illegible] «дьявольским по[illegible]

седа, опасных посетителей, болезней. Посмотрите на избы в русских деревнях, и вы убедитесь, что такая традиция кое-где еще жива.

Лето 1939 г. в Эстонии было знойным и тревожным. Страна жила в ожидании крупных политических перемен. Не только прибалтийские немцы роились вокруг морских портов, чтобы быстрее уплыть в свой фатерланд, многие состоятельные эстонцы с завистью посматривали в сторону спасительного Запада. В этих условиях антиквариат жутко падал в цене, и мои родители решили воспользоваться назревающим «революционным моментом», чтобы подешевле приобрести старинное зеркало. Но тут произошел конфуз, чуть не закончившийся крупной семейной ссорой. Это зеркало было действительно старинным. Я хорошо помню гравировку на обратной стороне рамы — 1860 г. Старики настояли на том, чтобы его немедленно вынесли из дома, разбили на мелкие кусочки и где-нибудь подальше зарыли в землю. Вердикт был предельно категоричным: за долгий срок службы старые зеркала, меняя своих хозяев, становятся свидетелями не только приятных событий, но и смерти, страданий и прочих человеческих трагедий. Считается, что старые зеркала приносят в дом чужое горе и на них могут быть невидимые лики усопших и злых духов. После такого сурового приговора оставалось только избавиться от зеркала, хотя всем было жалко потраченных денег.

О зеркалах [illegible] капливать отрицательную энергию и в определенные моменты поражать ею здоровых людей. Примерно так начинались мои «домашние университеты» с зеркалами.

[illegible] Дьявольские [illegible] не переносят! [illegible]

Алексей ТРОФИМОВ

МИФ О ЗДОРОВОЙ СТАРИНЕ

Бытует мнение, что в старину люди вели гораздо более здоровый образ жизни. Конечно, у древних не было ни атомных электростанций, ни химических производств, но антисанитария достигала масштабов настоящего стихийного бедствия.

Об этом можно судить по многочисленным историческим памятникам и находкам останков древних жителей нашей планеты. В те отдаленные времена люди гораздо чаще страдали от самых различных заболеваний, эпидемии опустошали целые города и страны, а средняя продолжительность жизни была настолько низкой, что пенсионный возраст в наше время показался бы далеким предкам недосягаемой планкой.

Жители Древнего Египта, которые воздвигли потрясающие воображение пирамиды, жили в необычайной грязи. Исследование древних мумий показывает, что вши были не только «привилегией» бедняков, их яйца обнаружили и в волосах самых высокопоставленных персон. Не зря жрецы через день брили наголо свои головы — это было единственным действенным средством против вшей. Нечистоты сливали прямо на узкие улочки или в проходящие рядом водотоки, из которых тут же брали воду для питья. Мыши и крысы бегали табунами, тучи мух осаждали кучи мусора, в которых рылись нищие и дети. И как следствие — многократно вспыхивающие эпидемии, которые уносили сотни и тысячи жизней. Об обыкновенных глистах и говорить не приходится — их и в наше время находят во внутренностях многих мумий.

Мы жалуемся на загрязнение воздуха в промышленных городах, а в легких одной мумии на Канарских островах, как пишет немецкий ученый Фридрих Бошке, был обнаружен толстый слой сажи, и это неудивительно: в древности не было парового отопления и газа, а костер или дымящий очаг загрязняли легкие наших предков не менее интенсивно, чем какой-нибудь металлургический комбинат в наши дни.

Доставалось и древним воинам. Знаменитые римские легионы не становились лагерем в одном месте на срок более 5 дней, иначе они просто утонули бы в грязи, а вспыхнувшие эпидемии тифа и дизентерии нанесли бы им больший урон, чем войска противника. Даже осада любой крепости в те времена часто оказывалась трагической ошибкой, ведь большому скоплению людей предстояло подолгу находиться в одном и том же месте, что приводило к огромным потерям от эпидемий и нередко — к позорному отступлению.

Средневековые города тоже не блистали чистотой, их «аромат» разносился на многие километры, ведь жители выбрасывали мусор, сливали нечистоты прямо на улицы рядом со своими домами.

Вот один характерный исторический пример, который приводит Фридрих Бошке: «Из времен турецких войн осталось описание осады, когда после нескольких неудачных атак турки начали строить большие осадные башни, чтобы с их помощью преодолеть валы и бастионы. Как только осажденные увидели, что башни выстроены во впадине перед воротами, они начали собирать по городу все нечистоты. Когда турки пошли в атаку, были открыты шлюзы, и осадные машины самым натуральным образом застряли в вязкой коричневой жиже».

Не лучше обстояли дела и во времена прославленных мушкетеров. Пробирающемуся на свидание по грязным и темным улочкам влюбленному вполне могли опорожнить на голову ночной горшок.

Чахотка, тиф, чума, оспа, дизентерия — какие только эпидемии и болезни не обрушивались на наших предков! Считается даже, что пожары, которые нередко огненным валом проносились по древним и средневековым городам, являлись для них своеобразной «дезинфекцией», ведь они очищали улицы от заразы и накопившейся за многие годы грязи.

Открытия в области медицины сделали свое дело — доказали крайнюю важность гигиены для сохранения здоровья. Только после этого стали задумываться над тем, как сохранить в чистоте улицы городов и источники воды. Однако и в XX в. во время военных действий и стихийных бедствий эпидемии, которые косили наших далеких предков, зачастую возвращались. Только теперь с помощью лекарств и профилактических мер медики научились с ними справляться с наименьшими для людей потерями.

Экология, скорее всего, станет ведущей наукой XXI века. Люди стремятся к более качественному уровню жизни, и если мы теперь не утопаем в грязи и нечистотах, то техногенное загрязнение земли, воды и атмосферы почти повсеместно достигло критической черты, вынуждая человечество ради своего будущего начать борьбу за сохранение природы.

Андрей СИДОРЕНКО

ПРОКЛЯТИЕ АННЫ МОНС

В конце 1703 г. к следствию по «делу Анны Монсовой», первой любви Петра I, привлекли около 30 человек. Среди них было немало ворожей и колдунов, услугами которых пользовалась несостоявшаяся царица.

«Кабацкая девка»

Анна Монс Петра не любила, его первым, всепоглощающим чувством пользовалась в корыстных целях. Она несказанно радовалась подаркам царя — драгоценностям, домам, деревням с крепостными... За взятки бралась улаживать дела обращавшихся к ней с просьбами на имя Петра.

По Москве ползли слухи, что немка околдовала царя. Жена Евдокия всячески пыталась удержать мужа, в том числе и с помощью ворожбы. Это ей не помогло: в 1699 г. Петр избавился от супруги.

Анна праздновала победу. Дочь заурядного виноторговца уже видела себя русской царицей, но вдруг она совершила промах.

Уверенная в полной власти над Петром, Анна завела любовника — саксонского посланника Кенигсека. Последовал разрыв. По указу царя у нее забрали подаренную недвижимость, драгоценности же оставили. Анну посадили под домашний арест, запретив даже посещать кирху.

В этих условиях Анна сумела очаровать прусского посла Кейзерлинга. Они решили пожениться, но для этого следовало получить разрешение у царя. Однако Петр к перемене судьбы бывшей возлюбленной отнесся прохладно. Он и Меншиков даже вытолкали Кейзерлинга из комнаты. При этом Петр сказал, что воспитывал Анну для того, чтобы самому на ней жениться. А Данилыч грубо добавил, что и сам спал с этой «кабацкой девкой». Кроме того, гвардейцы намяли бока незадачливому жениху.

Разразился дипломатический скандал. Его замяли, и Кейзерлинг женился на Анне. Но снова ее счастье было недолговечным. Кейзерлинг неожиданно скончался в декабре 1711 г. Вместо полагавшейся в данном случае глубокой скорби Анна с матерью затеяли тяжбу с братом покойного из-за наследства.

Анна быстро старела, болела и [illegible] красоту. Но это не помеша[illegible] в пленного швед[illegible] Миллера. Она за[illegible] полученны[illegible] любивших ее

торые в свое время использовала против нее Евдокия. В таком деле, как известно, не обойтись без проклятий в адрес соперницы. А соперницей Анны стала Марта Скавронская, будущая императрица Екатерина Первая.

Анне, как и Евдокии, магия не помогла вернуть Петра. Однако оккультисты считают, что профессионально сделанное проклятие рано или поздно попадает к адресату. Более

человека и назначил его своим личным адъютантом, как полагают, в память о своей первой любви.

Виллим быстро обзавелся связями и влиятельными друзьями. Ими он воспользовался для того, чтобы отобрать у Миллера ценнос-

Доверчивая и покладистая Екатерина предоставила Виллиму широкие полномочия и не опускалась до того, чтобы контролировать его действия. Камер-лакей вскоре перестал замечать разницу между своим карманом и супруги царя.

Многие старались воспользоваться близостью Монса к Екатерине, а ее — к Петру. Среди просителей у камер-лакея были люди, оставившие заметный след в русской истории: князья Долгоруковы, Вяземский и Черкасский, Ар-

темий Волынский, Бестужев-Рюмин, Шувалов, Бирон... Даже попавший в опалу Александр Данилович Меншиков лебезил перед Виллимом.

За помощь с ним расплачиваются. Виллим не брезгует ничем: ни половиной пуда кофе, ни горшочком с «рыжиками» (золотыми моне-

приведенной в русский лагерь в одной сорочке, была возложена корона стоимостью в 1,5 млн. рублей. Это составляло примерно 10% тогдашнего годового бюджета Российской империи. Тогда же Виллим Монс получил звание камергера.

Что посеешь...

Спустя 19 дней после коронации произошло странное событие. В Тайную канцелярию поступил донос от некоего Михея Ершова. В нем сообщалось о подозрительных разговорах вокруг Монса, каком-то «письме сильненьком» и умысле на жизнь «хозяина» (царя?). Этого было достаточно, чтобы пытошная канцелярия заработала во всю мощь. Однако донос почему-то лег под сукно. Он всплыл через полгода из-за анонимки. Автор ее остался неизвестным, как и тот человек, который не дал хода доносу Ершова. На этот раз следствие взял под контроль сам царь.

Арестовали Матрену Балк, сестру Виллима, являвшуюся приближенной Екатерины, его секретаря Столетова, шута Балакирева, пажей. Столетов сразу продал начальника.

При первой же встрече с Петром только что арестованный Виллим упал в обморок. Он не смог вынести гневного взгляда обманутого мужа...

16 ноября 1724 г. Виллиму отрубили голову и водрузили ее на высокий кол над колесом. Потом якобы царь приказал ее заспиртовать и отдать на сохранение жене. Матрену били кнутом, а Балакирева — палками.

Официальным поводом для расправы послужило обвинение Монса в коррупции, впрочем, незначительной по тем временам. Современники же и историки, в числе которых оказался и А.С.Пушкин, считали, что истинной причиной была супружеская неверность царицы. Однако документов, проливающих свет на это, нет. Очевидно, их никогда и не было — Петр старался сохранить честь свою и жены.

Эта история сократила жизнь царя и окончательно запутала вопрос о престолонаследии. Пытаясь как-то решить его, Петр поспешно выдал свою дочь Анну за [illegible] го Карла-Фридриха Голштейна [illegible]

...ре 1711. Вместо полагавшейся в данном случае глубокой скорби Анна с матерью затеяли тяжбу с братом покойного из-за наследства.

Анна быстро старела, болела и теряла красоту. Но это не помешало ей влюбиться в пленного шведского офицера Миллера. Она засыпала его подарками, полученными в свое время от любивших ее мужчин – Лефорта, Петра, Кенигсека, Кейзерлинга... Швед сдался, был назначен день свадьбы. Но тут Анна умерла, оставив Миллеру по завещанию часть добра. Мать требовала у Миллера вернуть подарки. Тот отказывался. Последовала судебная тяжба.

Была ли магия?

В конце 1703 г. к следствию по «делу Анны Монсовой» привлекли около 30 человек. Кроме взяткодателей и проходимцев среди них было немало ворожей и колдунов, услугами которых пользовалась несостоявшаяся царица.

Петр не терпел посягательств нечистой силы на свою особу. Всем бы им гореть на костре, но... спустя четыре года царь доверил дальнейшую судьбу чародеев сравнительно гуманному боярскому суду.

Чтобы вернуть расположение царя, Анна прибегала к приемам, ко... тив нее Евдокия. В таком деле, как известно, не обойтись без проклятий в адрес соперницы. А соперницей Анны стала Марта Скавронская, будущая императрица Екатерина Первая.

...Анхен Монс

Анне, как и Евдокии, магия не помогла вернуть Петра. Однако оккультисты считают, что профессионально сделанное проклятие рано или поздно попадает к адресату. Более осведомленные уверены: оно возвращается к тому, кто его сделал.

Дальнейшие события как будто подтверждают эту мысль. Историки единодушно полагают, что семейство Монсов сыграло в жизни Петра и судьбах России фатальную роль, не поддающуюся логическому объяснению.

Прекрасный камергер

У Анны была сестра Модеста, в русском переводе Матрена, и три брата. Младшего из них звали Виллимом. Ему выпала роль стать орудием мщения брошенной любовницы.

В 19-летнем возрасте Виллим поступил волонтером в армию. Он храбро сражался в битвах при Лесной, Полтаве, Фридрихштадте, ездил курьером в Данию, выполнял ответственные поручения командования. Петр заметил способного, расторопного молодого человека и назначил его своим личным адъютантом, как полагают, в память о своей первой любви.

Виллим быстро обзавелся связями и влиятельными друзьями. Ими он воспользовался для того, чтобы отобрать у Миллера ценности, подаренные и завещанные тому умершей сестрой. При этом мать упрекала его в присвоении части денег Анны.

Виллиму не хватало денег постоянно, ибо он вел расточительный образ жизни. Ему сильно хотелось разбогатеть. Эта возможность появилась в 1716 г., когда Петр сделал его камер-лакеем своей жены Екатерины. Виллим стал распоряжаться финансами и имуществом первой леди государства.

К такому повороту фортуны Виллим, как ни странно, был готов. Он увлекался астрологией и каждый шаг свой сверял с какой-то таинственной гадательной книгой, которая предрекала ему богатство, могущество и... раннюю смерть. Из тех же мистических соображений брат Анны Монс носил на руке четыре перстня: золотой, оловянный, железный и медный.

...темий Волынский, Бестужев-Рюмин, Шувалов, Бирон... Даже попавший в опалу Александр Данилович Меншиков лебезил перед Виллимом.

За помощь с ним расплачиваются. Виллим не брезгует ничем: ни половиной пуда кофе, ни горшочком с «рыжиками» (золотыми монетами), ни породистыми рысаками, ни доходами с имений Романовых. Он стремительно богатеет.

Виллим – красавец. Он строен, элегантен, щегольски одет, остроумен и всегда весел. У него масса любовниц. Но все чаще глаза его задерживаются на царице. В ее глазах он читает то, что заставляет учащенно биться его сердце...

Виллим на 4 года моложе Екатерины, а она на 12 – Петра. Царь души не чает в супруге. В своих письмах, полных нежности и заботы, он часто называет Екатерину «друг сердешнинькой». «Друг сердешнинькой» и свел его преждевременно в могилу.

Результатом любви царя к жене явилось изменение закона о престолонаследии и торжественная коронация Екатерины в Кремле в мае 1724 г. Тогда на голову полонянки, ...

...ной по тем временам. Современники же и историки, в числе которых оказался и А. С. Пушкин, считали, что истинной причиной была супружеская неверность царицы. Однако документов, проливающих свет на это, нет. *Очевидно, их никогда и не было – Петр старался сохранить честь свою и жены.*

Эта история сократила жизнь царя и окончательно запутала вопрос о престолонаследии. Пытаясь как-то решить его, Петр поспешно выдал свою дочь Анну за ничтожного Карла-Фридриха Голштейна-Готторпского. Плодом этого неудачного брака был непредсказуемый Петр III с женой-узурпаторшей Екатериной Второй...

А 25 лет назад чары Анхен разрушили брак Петра с Евдокией и внесли разлад в отношения с сыном Алексеем.

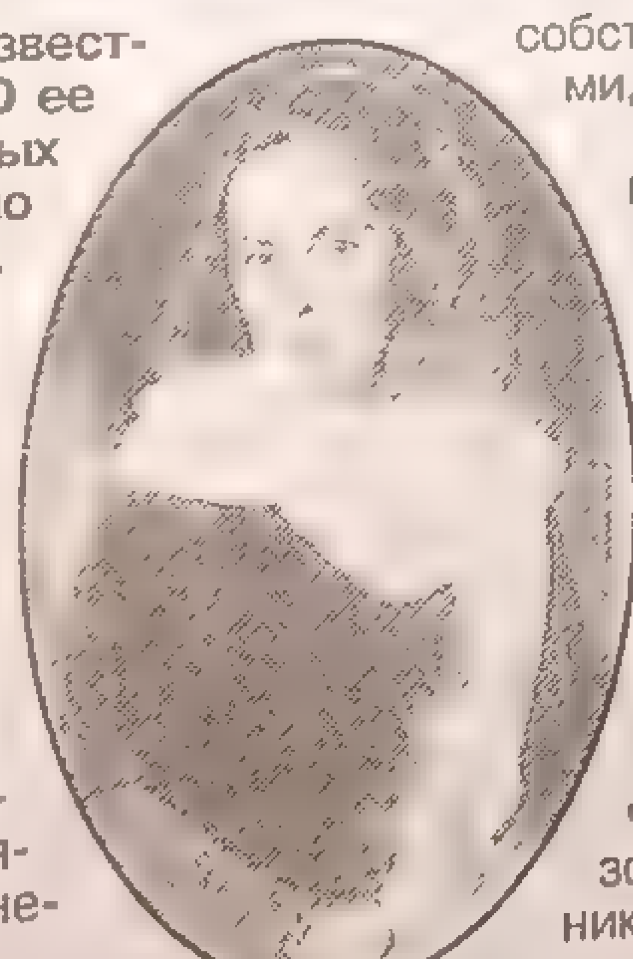
История не признает сослагательного наклонения, тем более основанного на мистике. Эффективность злого умысла Анны Монс против Романовых доказать трудно.

Однако 18 лет спустя в Санкт-Петербурге на эшафоте нещадно били кнутом одну из первых столичных красавиц. Ею была Наталья Лопухина, племянница Виллима Монса и родственница по мужу Петра Великого. Думала ли она тогда о проклятии своей тетки Анны?

Михаил АЗАРОВ

ЗОЛОТАЯ МАГИЯ ИСПОЛНЕНИЯ ЖЕЛАНИЙ

Имя Ольги Юрьевны Гамаюн широко известно в Москве и разных городах России. О ее исследованиях Удачи и необыкновенных практических результатах неоднократно писали различные центральные издания. Ольга Юрьевна не только владеет секретами воздействия на судьбу человека, но и секретами Успеха, Удачи, Молодости. Все, чем щедро наградила ее природа, Ольга Гамаюн усилила изучением магических практик разных народов мира: Египта, Африки, Европы.



Сочетание таких качеств, как природный дар, высшее образование (кандидат философских наук), необыкновенная душевная доброта, делают ее помощь настоящим волшебством. Возможности ее силы неисчерпаемы.

Магия – это великий таинственный путь манящей Удачи и Счастья. Загадочной частью этого мира, но сильной, проверенной веками, являются **пантакли** (графический рисунок), известные еще со времен царя Соломона.

Благодаря необыкновенному дару Ольга Гамаюн нашла свой подход к составлению волшебных пантаклей. Сила их действительно велика: они помогают открыть собственное дело и стать счастливыми, удачными, богатыми.

Она выдаст замуж любую женщину, имеющую проблемы в личной жизни. Решит самые сложные проблемы любовного треугольника и трудности.

Необыкновенный дар Ольги Юрьевны Гамаюн проявляется еще и в том, что она имеет уникальные способности омоложения организма человека как биоэнергетически, так и магическими способами.

Свой собственный ключ подобрала Ольга Юрьевна и к картам Таро. Она убеждена, что с помощью карт Таро можно получить ответ на любой интересующий человека вопрос. Удивительно, но карты назовут друга и недруга, помогут выбрать спутника жизни, принять правильное решение. Они наделены магической силой, способной влиять на человека в нужном ему направлении.

Золотая магия, или магия желаний, которой в совершенстве владеет Ольга Гамаюн, – это возможность управлять событиями своей жизни.

Звоните: **915-10-31, 915-10-51, 915-10-50** или приходите по адресу: ст. м. «Таганская» (кольцевая), ул. Нижняя Радищевская, 2, стр. 3 (100 м от метро).

МОЗАИКА

ДАВНЯЯ ТРАДИЦИЯ

Во второй половине нашего столетия в ряде стран стало традицией выпускать к Олимпийским играм памятные монеты разного достоинства. Но это придумано не в наше время! Как явствует из записок Аристотеля, эта традиция имеет очень давнюю историю: олимпийские монеты чеканились еще в IV в. до н. э. по указанию Александра Македонского.

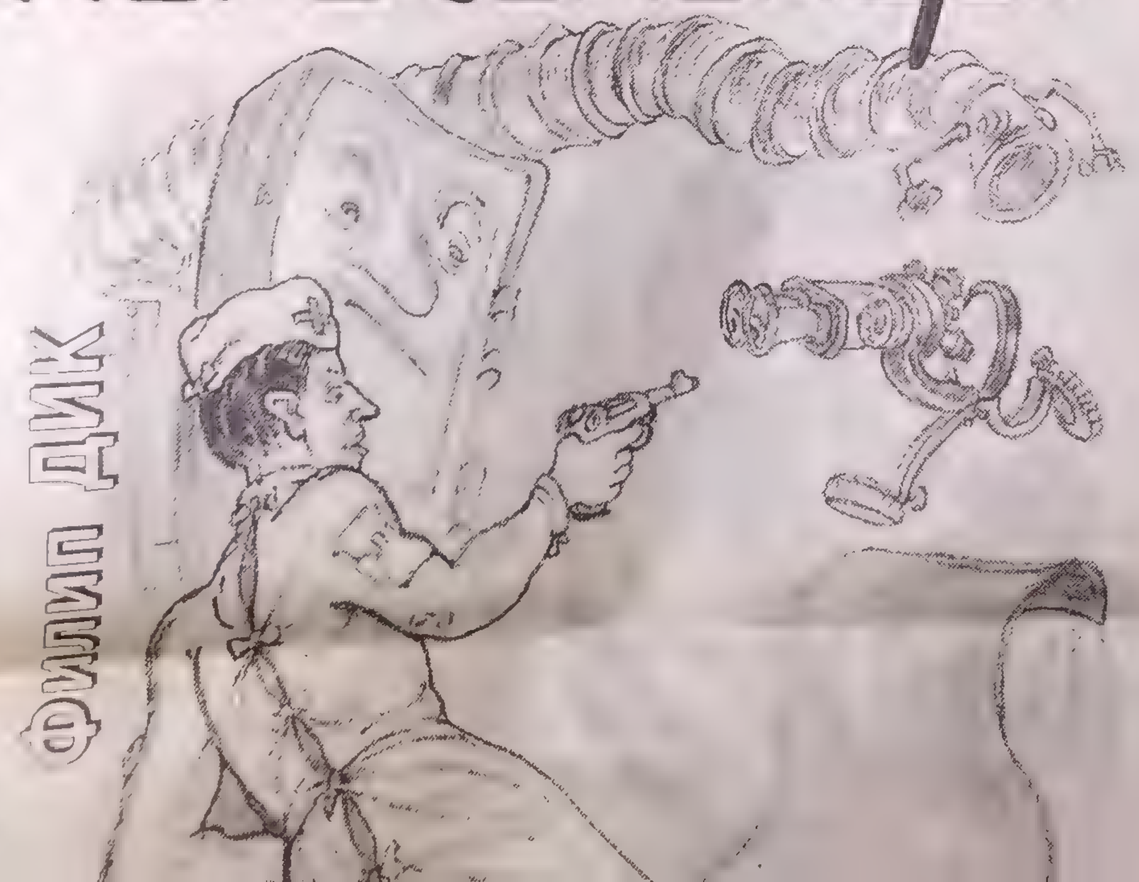
ПРОЕЛ ПУТЬ К СВОБОДЕ

В 1907 г. Ганса Шааршмидта при попытке ограбления банка в Лейпциге (Германия) схватили и посадили в тюрьму. Двери его камеры были сделаны из дуба, и он решил проесть себе путь к свободе. В течение нескольких месяцев он постепенно подъедал дверь и в результате убежал. Первое, что он сделал, – это направился в банк, чтобы довести дело до конца.

КОГДА ИЗОБРЕЛИ АКВАЛАНГ?

В справочниках на этот счет дается ответ: акваланг изобретен в 1943 г. французами Ж.-И. Кусто и Э. Геньяном. Однако прообраз акваланга появился за полторы тысячи лет до н. э. в Ассирии. Это была наполненная воздухом козья шкура с гибкой воздухоотводной трубкой. Тогдашние «аквалангисты», повесив за спину тяжелый груз, обхватывали воздушный мешок руками и погружались на дно. Опытные ныряльщики могли пробыть под водой до получаса.

ПЕРЕСЕЛЕНЦЫ



ФИЛИП ДИК

— Интересно, — бормотал майор Пол Хоу, глядя в микроскоп.

— В самом деле? Провели месяц на планете и не нашли никаких вредных форм жизни. — Лейтенант Фарли присел на стол. — Странное место, верно? Ни микробов, ни вшей. ни мух, ни крыс...

Хоу подошел к окну и задумчиво посмотрел на пейзаж — зеленые склоны с цветами и лианами, водопады и висячие мхи, фруктовые деревья, цветы. Усилия экспедиции были направлены на то, чтобы изучить Голубую Планету. Шесть месяцев назад ее открыли.

Фарли вышел. Хоу сидел некоторое время задумавшись, потом снял с подставки предметное стекло и поднял на свет. В лаборатории было тихо. Солнечный свет мягко струился из окна. Деревья снаружи слегка покачивались на ветру. Майор чувствовал сонливость.

Два окуляра микроскопа неожиданно изогнулись, смыкаясь вокруг его шеи и силясь задушить. Хоу попытался разжать их, но они безжалостно вцепились ему в глотку. Сбросив микроскоп на пол, Хоу вскочил. Микроскоп тут же вцепился ему в ногу. Майор освободил ее ударом другой ноги и выхватил бластер. Микроскоп пустился наутек, катясь на больших регулировочных винтах. Хоу выстрелил. Микроскоп исчез в облаке металлических пылинок.

Зал совещаний был переполнен, присутствовали все офицеры отряда. Командор Уна Морис [illegible] указкой по большой карте.

— Этот [illegible] плоский участок — идеальное место для современного города. Рядом вода и месторождения различных минералов, неподалеку крупный лесной массив. — Она оглянулась на собравшихся. — Итак, никаких микробов не найдено. Думаю, мы можем [illegible] с Землей. Пусть высылают корабль, чтобы забрать нас... — Ропот, прервал ее. Все повернули [illegible] и командор нахмурилась. — [illegible] когда идет совещание, никто не [illegible]!

[illegible] вцепившись в [illegible]. Его глаза скользили по присутствующим. Наконец взгляд остановился на лейтенанте.

[illegible] прорычал майор.

[illegible] Хоу, что все это значит?

[illegible] сказал Хоу за плечо.

[illegible]

[illegible] по коридору Фарли последовал [illegible] открыл дверь открытой и [illegible]

— Кто там? — резко воскликнула рободверь.

— Приказано доставить этого человека под надзор капитана.

Последовала пауза. Затем послышалось:

— Капитан занят.

— Да открывайся же наконец!

Робот втянул засовы, освобождая дверь. Охранник распахнул ее и застыл: на полу лежал капитан Дейл, лицо его посинело, глаза вытаращены. Видны были только голова и ноги, все остальное обматывала красная ковровая дорожка, сжимающая тело жертвы все туже. Хоу упал на пол и вцепился в дорожку.

— Взялись!

Они яростно рванули все вместе. Наконец дорожка размоталась под их усилиями и тут мышьяка и водорода в газообразной форме. Арсин.

Хоу защелкнул шлем. Теперь его голос звучал в наушниках Уны.

— Напущу газ в лабораторию. Думаю, их здесь немало.

Командор тоже защелкнула свой шлем.

— Арсин смертелен для человека?

Хоу кивнул, затем включил подачу кислорода внутрь шлема.

— Все может оказаться гораздо более серьезным. Понимаешь, если они неограниченно вариабельны, нам придется дважды подумать, прежде чем удирать отсюда. Может, лучше остаться здесь и позволить уничтожить себя, чем занести эту пакость на Землю.

убивать их, но у нас не наберется столько арсина.

— Мы ни в коем случае не должны занести их на Землю.

— А если останемся здесь, нас сожрут, — возразил Хоу.

— Но можно запросить арсин или другой яд, способный убивать их. Но яд погубит также большую часть жизни на планете.

Они поглядели друг на друга.

— Могут ли они имитировать нас? Могут ли имитировать живые существа?

Хоу задумался.

— Скорее всего, нет. Похоже, они ограничиваются неживыми объектами.

Уна невесело усмехнулась.

— Тогда нам придется убираться отсюда без каких-либо неорганических объектов.

— Но наша одежда? Они могут имитировать пояса, перчатки, обувь...

— Мы не станем брать никакой одежды. Будем уходить вообще без всего, хочу я сказать.

— Понятно, — согласился Хоу. — Это может сработать. Ты сумеешь убедить персонал?

— Я могу им приказать.

Ближайший крейсер оказался всего в двух часах полета. Командор Морис отвела глаза от видеоэкрана.

— Позволь мне, — Хоу занял место перед экраном. — Говорит майор Пол Хоу, исследовательский отдел отряда.

— Капитан Дэниэл Дэвис. — Капитан спокойно изучал лицо Хоу. — У вас неприятности, майор?

— Я бы предпочел ничего не объяснять, пока мы не окажемся на борту.

— Почему так?

— Иначе вы можете подумать, что мы свихнулись. Объясним все, как только окажемся на борту. — Он заколебался. — На борт вашего корабля мы поднимемся голыми.

— Голыми? — капитан поднял брови.

— Все верно.

— Понятно... Когда вас ждать?

— Сейчас 13.00 по нашему времени. Вы будете здесь к 15.00?

— Да, — согласился капитан.

— Будем вас ждать на поляне у лагеря. Не выпускайте наружу экипаж. Откройте для нас один люк. Мы сами поднимемся на борт. Как только мы окажемся внутри, сразу уводите корабль.

Уна Морис придвинулась к экрану:

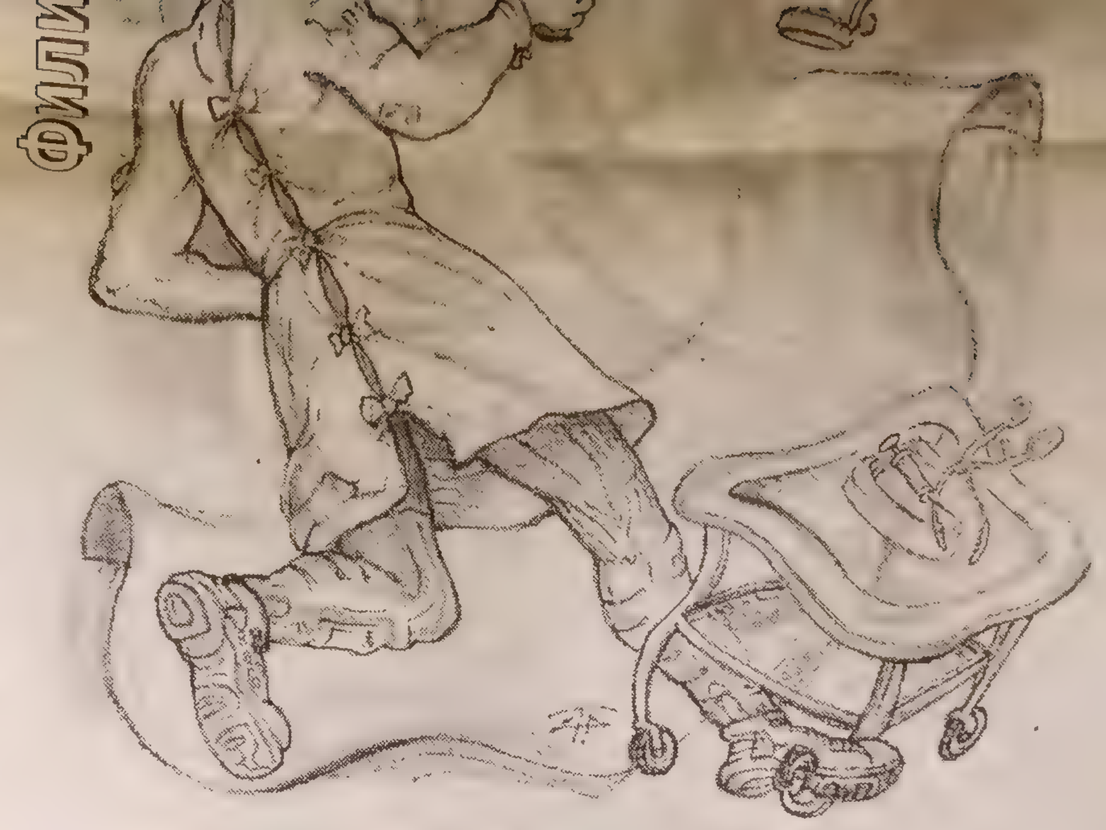
— Капитан, а нельзя ли... чтобы ваши люди

— Мы будем садиться в автоматическом режиме, — заверил капитан, — в рубке никого не будет, вас никто не увидит

— Благодарю, — пробормотал [illegible]

— Не за что, капитан Дэвис [illegible] честь. — До встречи через [illegible]

Пора выводить всех на [illegible]



ФИЛИ

...сюда, — прорычал майор.

— Майор Хоу, что все это значит?

Фарли вскочил и схватил Хоу за плечо:

— Что такое? В чем дело?

— Идем в лабораторию!

Хоу пошел по коридору. Фарли последовал за ним. Хоу оставил дверь открытой и медленно ступил внутрь.

— Я застрелил свой микроскоп...

— Застрелил? Что с тобой? — Фарли нагнулся, достал коробку с полки и вынул из нее микроскоп. — Как ты мог застрелить его? Ты увидел что-то?

Хоу медленно приблизился. Это его микроскоп. Вот царапина. Один из зажимов немного погнут. Пять минут назад этот прибор пытался убить его, и он уничтожил его выстрелом из бластера.

— Тебе надо успокоиться, старина, — сказал Фарли. — Ты странно выглядишь...

Хоу сбросил форму и встал под душ. Стоя под горячими струями, он продолжал размышлять. Затем выключил воду и потянулся к одному из полотенец на вешалке. Полотенце обмоталось вокруг запястья, рванув руку к стене. Ткань облепила лицо, мешая дышать. Хоу бешено отбивался. Наконец полотенце отпустило его. Он поскользнулся, упал и ударился головой о стену.

Сидя в луже теплой воды, Хоу смотрел на вешалку. Теперь полотенце выглядело, как и все прочие. Три полотенца на вешалке, самые обыкновенные. Неужели ему привиделось? Он поднялся на ноги и потер ушибленное место. Опасливо огибая вешалку, он выскочил из душевой. Достал новое полотенце, вытерся и оделся. Потом вышел в коридор, вызвал лифт и поднялся на верхний этаж.

Командор Морис подняла глаза, когда Хоу вошел:

— Ты с оружием. Что с тобой? Мы же давно знаем друг друга, Пол. Что произошло?

Хоу сделал глубокий вдох.

— Уна, мой микроскоп попытался задушить меня.

— Что?! — ее голубые глаза расширились.

— Потом, когда я принимал душ, полотенце решило меня удавить.

— Охрана! — крикнула командор.

— Подожди, Уна. Послушай. Это что-то инородное. Обычные предметы пытались меня прикончить. Они становились смертоносными. Может, это и есть то, что мы ищем...

— Кто-нибудь это видел?

— Нет.

Командор кивнула охранникам, явившимся по ее вызову:

— Отведите майора Хоу к капитану Дейлу и держите под стражей. Простите, майор, пока вы не сможете доказать свои россказни, мы вынуждены расценивать их как психическое расстройство.

Хоу повели к дверям. Он шел, не сопротивляясь. В голове гудело. Они добрались до владений Дейла. Охранник нажал кнопку вызова.

же торопливо поползла к двери. Хоу набрал номер командора.

— Слушаю! — сказала Уна, появившись на экране, и заметила лежащего на полу Дейла и охранников с бластерами. — Что случилось?

— На Дейла напал коврик, — невесело ухмыльнулся Хоу. — Ну так кто сумасшедший?

— Сейчас же отправляю к вам отряд, — она заморгала, — а еще лучше — подниму по общей тревоге всех.

* * *

— Теперь мы знаем, — сказал Хоу, — это форма органической жизни. Нам следует быть внимательными, следить за дубликатами. Несомненно, это, чем бы оно ни было, имитирует объекты, с которыми соприкасается. Вроде хамелеона. Маскировка.

— Две, — задумчиво пробормотала Уна Морис, глядя на две вазы с цветами у стола. — Два полотенца, две вазы, два кресла...

— Если это органическая жизнь, должен быть способ ее уничтожить, — пробормотал Хоу. — Мы стреляли по ним и убивали. Их можно убить! Но мы не знаем, сколько их. Может, это бесконечно делящаяся субстанция. Нечто вроде протоплазмы... Вот она, наша смертоносная форма жизни. Теперь понятно, почему все прочие мы сочли безопасными: с этим ничто не может сосуществовать.

* * *

Хоу поднял баллончик с распылителем.

— Это форма протоплазмы с неограниченной вариабельностью. Вот это нам подскажет, как много их расплодилось. Смесь

Командор поглядела на него.

— Ты полагаешь, один из них может проникнуть на Землю вместе с нами? Как ты думаешь, они разумны?

— Надеюсь, что нет. — Хоу открыл баллончик. — Начинаем.

Он выставил его перед собой и нажал на вентиль, медленно водя соплом во всех направлениях. Уна застыла в молчании позади него. Ничто не шевелилось. Солнечный свет проникал сквозь окна, сверкал на предметных стеклах и оборудовании.

— Арсин бесцветен. Но не вздумай снимать шлем.

Какое-то время ничего не происходило. Вдруг в дальнем углу лаборатории шкафчик с предметными стеклами неожиданно пошел волнами, раздался, размягчаясь и изгибаясь, затем полностью утратил форму — однородная желеобразная масса растеклась по крышке стола. Внезапно она соскользнула по тумбе на пол и поползла куда-то.

— Берегись!

По всему помещению предметы пришли в движение. Огромная стеклянная реторта провалилась внутрь себя и свернулась в шарик. Стойки с пробирками, полки с химикалиями — все вокруг потекло.

Уна выхватила бластер. Хоу выбил его:

— Не стрелять! Арсин огнеопасен. Давай-ка убираться отсюда...

Резко распахнув дверь, они выскочили в коридор. Хоу тут же захлопнул ее и запер.

— Скверно, правда? — спросила Уна Морис.

— Арсин побеспокоил их; в достаточном количестве он, наверное, сможет даже

выпускайте наружу экипаж. ... нас один люк. Мы сами поднимемся на борт. Как только мы окажемся внутри, сразу уводите корабль.

Уна Морис придвинулась к экрану:

— Капитан, а нельзя ли... чтобы ваши люди...

— Мы будем садиться в автоматическом режиме, — заверил капитан, — в рубке никого не будет, вас никто не увидит.

— Благодарю, — пробормотала она.

— Не за что, — капитан Дэвис отдал честь. — До встречи через два часа.

— Пора выводить всех на поле, — сказала Уна. — Одежду лучше оставить здесь, чтобы там не было ничего, что могло бы попасть на корабль.

— Согласен, — сказал Хоу.

Щелкнул видеоэкран. Послышался резкий голос робота:

— Всем немедленно покинуть здание! Всем немедленно покинуть здание и следовать на посадочное поле! Всем...

— Так скоро? — командор подбежала к окну. — Я не слышала, как они садились.

В самом центре посадочной площадки высился могучий серый крейсер, корпус которого был испещрен метеоритными ударами. Он стоял неподвижно, ни признака жизни на борту.

Из всех зданий лагеря появлялись обнаженные мужчины и женщины и устремлялись к кораблю.

Хоу поглядел на трап, спущенный с корабля. Люди уже начали забираться по трапу через круглый люк внутрь корабля.

— Пол... — странная дрожь зазвучала в голосе командора. — Пол, я...

— Что?

— Я боюсь.

— Боишься! — Хоу остановился. — Почему?

— Не знаю, — с дрожью произнесла Уна.

Голые люди спешили мимо них со всех сторон.

— Забудь это. — Он опустил руку на край трапа. — Поднимайся.

— Я бы предпочла вернуться! — Теперь в ее голосе слышалась паника. — Я...

— Уже слишком поздно, Уна. — Хоу поднимался по трапу, придерживаясь за поручень. Вокруг него со всех сторон мужчины и женщины спешили вперед, увлекая их за собой. Они оказались у люка. Хоу шагнул следом за мужчиной в темное нутро корабля. Командор Уна Морис пошла следом.

Ровно в 15.00 капитан Дэниэл Дэвис опустил свой корабль в центре поля. Щелчок переключателя — внешний люк со стуком распахнулся. Дэвис и остальные офицеры сидели в ожидании в рубке возле главного пульта.

— Ну, — произнес Дэвис, — где же они?

Офицеры начали чувствовать беспокойство.

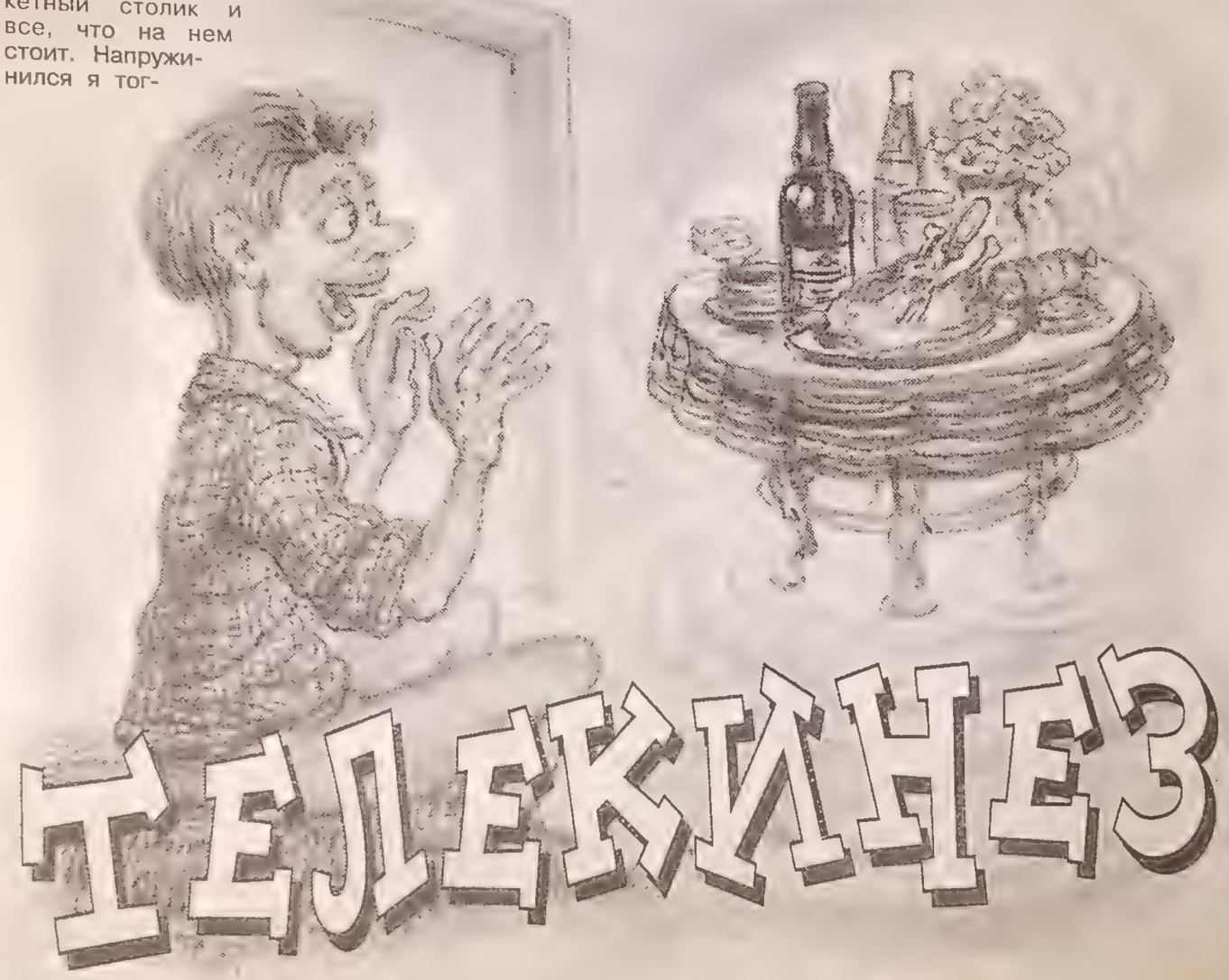
— Может, вся эта чертова затея — просто шутка?!

Они ждали и ждали, но никто так и не появился.

Перевод с английского
Максима ДРОНОВА

Улыбнитесь!

ТЕЛЕКИНЕЗ



В нашей жизни немало явлений, необъяснимых с точки зрения науки и обычной человеческой логики. Почему деньги в долг берутся легко, а отдаются чуть ли не со слезами? Кто может объяснить, откуда взялась идиотская смесь человеческой жадности и невероятной глупости, благодаря которой архитекторы финансовых пирамид воздвигали и воздвигают свои грандиозные строения из нескольких атомов кислорода, водорода, азота и им подобных пустот? Да что там лясы точить — много непонятного окружает нас в этом мире!

Не лихо закручено? Сам знаю, что средним умам с незаконченным высшим образованием к таким вопросам лучше не прикасаться: или током где-нибудь шандарахнет, или глюки припрутся в гости без выпивки и закуски. Собственно, вот и вся моя подводка к проблеме телекинеза — дару, которым я в совершенстве владею не первый год.

Когда-то к телекинезу я доверия не питал, хотя теща моя была на нем просто помешана. Уйдет утром на рынок полюбоваться на продовольствие, вернется к вечеру и кричит: «Ребята, какое счастье, я только что приобщилась к телекинезу! Кошелек куда-то уплыл». Я ей говорю: «Афродита Сизифовна, удивляюсь, что вы вообще домой в одежде пришли! С этим телекинезом вы должны с улицы приходить сообразно вашему имени — в клочьях пены и без одежды!» — «Извращенец!» — изрекает ходячий миф Древней Греции и идет в свою комнату. «Как ты мог!» — заламывает руки жена и уходит к маме как минимум на неделю. Эти «Извращенец!» и «Как ты мог!» повторяются с определенной цикличностью. Вроде бы загадка природы, но я ее та-

[illegible] просто они на [illegible] экономят! Я же знаю, [illegible] увлекаются в тещи- [illegible] как стены

думается: была бы у меня бомба, ворвался бы к ним ураганом и сожрал бы весь их харч единым махом! Стал я далее размышлять — чем они там могут питаться — и неожиданно для себя увидел банкетный столик и все, что на нем стоит. Напружинился я тогда всем своим существом, и через минуту моя комната была завалена курами гриль, пельменями со сметаной, нарезкой салями, куском грудинки, компотом из абрикосов, пончиками, бутылкой пива, хлебом и кулечком семечек. Не хило, однако, питаются мои отщепенки там без меня! Интересно, а кто из них пивком промывает гланды, если меня, случалось, после рюмки коньяка домой?!

Чтобы удостовериться в собственных способностях, я долгое время занимался исключительно ерундой: переставлял в квартире мебель посредством телекинеза, вытаскивал из-под начальника на планерках стул, шесть соток один раз за восемь минут вскопал. Сижу я на веранде, чаи гоняю, а десяток лопат потеют на участке под моим неусыпным надзором. Сосед по даче такое дело увидел, анонимку в органы настрочил. Следователь

моих рук дело, ибо были заперты изнутри. Впоследствии сервис телекинеза я взял на вооружение без стыда и угрызений совести: так была решена проблема выживания в дни семейного кризиса.

теля перенес ночью в кровать министра следственных дел. Не знаю, что там произошло, но меня в покое оставили.

Зато журналюги до печенок достали! «Шарлатан с Большого Канавного тупика», «Зять у тещи похитил девственность!», «Кто ворует родные сотки?», «Татю ни к чему обрез, если есть телекинез» — статьи с такими заголовками появились во всех изданиях. Телевизионщики за право взять у меня ин-

использовании наемной рабочей силы. Ну я и повыкидывал с его дела жуков. В его же городскую квартиру. Да там их и было-то всего три ведра. А участок его в болото перетащил. А самого следователя перенес ночью в кровать министра следственных дел. Не знаю, что там произошло, но меня в покое оставили.

тервью бились насмерть на аукционах. Афродита Сизифовна стала самой популярной женщиной года. Жену мою пригласили вести ток-шоу «В семье не без урода». А меня однажды ночью доставили не скажу куда и попросили послужить отечеству верой и правдой. Я генералу сразу сказал, что наркотиками, идеологией и оружием заниматься не буду! Перекинул ему туда-сюда пару шпионов да десяток атомных подлодок вытащил из ловушек. Святое дело — своих от плена спасать! Но когда лампасник в штатском попросил меня перевести на его швейцарский счет кое-какой бюджетик страны, я пообещал ему и его конторе кучу неприятностей за мой счет, но весьма значительных. Генерал сказал, что это была всего лишь проверка бдительности и пожелал мне соблюдать правила дорожного движения, особенно в лабиринтах метро. Тонкий намек на то, что он меня достанет и под землей, меня возмутил и я положил на него кое-что с прибором. Не смертельно, но оскорбительно.

Сразу после этого на меня «наехала» мафия. Для начала рэкетиры с утюгами пришли. Чудики! Еще Александр Невский в кино сказал: «Кто к нам с утюгом придет, тот им и будет выглажен!» Надо было слышать, как они верещали! Потом бригады боевиков ко мне зачастили. Я их по кутузкам распределял. Тогда они Афродиту Сизифовну в заложницы захватили, но очень скоро ее вернули — без всякого выкупа и даже с доплатой. Совсем как у О'Генри в его рассказе «Вождь краснокожих». И после этого мафия успокоилась. Видимо, до генерала дошло, что хилый мир со мной лучше могучей драки!

Сейчас я живу обычной человеческой суетой с поправкой на работу по специальности: телекинезирую «из-за бугра» без всякой пошлины гуманитарную помощь, доставляю ее действительно нуждающемуся народу, пытаюсь [illegible] чуть-чуть поднять экономику и помогаю теще писать трактат о ее безграничной любви ко всему непонятному и таинственному.

Александр КОСТЮШКИН

руки жена и уходит к маме как минимум на неделю. Эти «Извращенец!» и «Как ты мог!» повторяются с определенной цикличностью. Вроде бы загадка природы, но я ее таковой не считаю — просто они на моем питании экономят! Я же знаю, что когда они уединяются в тещиной комнате, то так едят, что стены от их жевания ходуном ходят. Жена там обычно на целый пуд поправляется, а я за это время аналогично худею. Это побудило меня вплотную заняться телекинезом.

Лежу я как-то вечером на кровати, сон на ум не идет — за стеной такой хруст стоит, такое чавканье, что о терроризме невольно

да всем своим существом, и через минуту моя комната была завалена курами гриль, пельменями со сметаной, нарезкой салями, куском грудинки, компотом из абрикосов, пончиками, бутылкой пива, хлебом и кулечком семечек. Не хило, однако, питаются мои отщепенки там без меня! Интересно, а кто из них пивком промывает гланды, если меня, случалось, после рюмки колы не всегда пускали домой?!

Я не сразу поверил в то, что могу передвигать предметы одной только силой мысли. Первую удачу я даже не осознал, как следует: допрежнее место все тем же мысленным образом. Мои дамы и не заподозрили, что пропажа продуктов —

Чтобы удостовериться в собственных способностях, я долгое время занимался исключительно ерундой: переставлял в квартире мебель посредством телекинеза, вытаскивал из-под начальника на планерках стул, шесть соток один раз за восемь минут вскопал. Сижу я на веранде, чаи гоняю, а десяток лопат потеют на участке под моим неусыпным надзором. Сосед по даче такое дело увидел, анонимку в органы настрочил. Следователь ко мне примчался, попросил колорадских жуков собрать на его фазенде. Да что за народ у нас такой корыстный пошел! В случае отказа этот законник гарантировал мне статью о неправомерном

теля перенес ночью в кровать министра следственных дел. Не знаю, что там произошло, но меня в покое оставили.

Зато журналюги до печенок достали! «Шарлатан с Большого Канавного тупика», «Зять у тещи похитил девственность!», «Кто ворует родные сотки?», «Татю ни к чему обрез, если есть телекинез» — статьи с такими заголовками появились во всех изданиях. Телевизионщики за право взять у меня ин-

сю со мной лучше могучей драки!

Сейчас я живу обычной человеческой суетой с поправкой на работу по специальности: телекинезирую «из-за бугра» без всякой пошлины гуманитарную помощь и *доставляю ее действительно нуждающемуся народу, пытаюсь хоть чуть-чуть поднять экономику и помогаю теще писать трактат о ее безграничной любви ко всему непонятному и таинственному.*

Александр КОСТЮШИН

ЛЮБОВНЫЙ НАПИТОК

Вы знаете, как окружающие относятся к холостякам? Не знаете. Потому что сами женаты или замужем. И, может, не в первый раз. А я знаю, потому как я и есть холостяк сорока лет и ни разу женат не был. Даже сам не знаю, почему так получилось. Точнее, знаю: в школе надо было учиться, в институте — тоже, в аспирантуре — тем более. А потом ты становишься малооплачиваемым младшим научным сотрудником, возможно, даже без степени, ведь учиться в аспирантуре и защитить диссертацию — это не одно и то же. У твоего научного руководителя могут оказаться враги, которые отыграются именно на защите твоей диссертации. Так что если к тридцати годам ты щуплый младший научный сотрудник без степени, с залысинами на высоком интеллигентном лбу, ростом 170 см, то твои шансы найти счастье в жизни, в том числе и семейное, почти равны нулю.

Хотя мои друзья и родственники упорно подсовывают мне для знакомства очередную кандидатуру, я твердо выдерживаю осаду и до сих пор остаюсь холостяком.

Правда, один из приятелей, видя мое упорство, решил пойти другим путем: ему обещали достать какое-то сногсшибательное средство для усиления мужского очарования. «Любоцин» называется.

Когда приятель принес наконец «Любоцин», я поставил перед собой запечатанную пол-литровую бутылку и полюбовался на этикетку. Этикетка на бутылке очень напоминала обложку какого-то любовного романа. Шикарный мужчина, почему-то во фраке, страстно смотрел на роскошную белокурую красотку в вечернем платье. Выглядел мужчина довольно впечатляюще. Интересно, это до приема снадобья или после?

А инструкция! Оказалось, что при смачивании корней волос «Любоцином» три раза в неделю при одновременном приеме натощак по одной столовой ложке исчезает перхоть, прекращается выпадение волос и облысение. Одновременно «Любоцин» стимулирует многие биохимические процессы в организме. Человек, принимающий это средство, выглядит моложе, исчезают угри, у мужчин повышается потенция и происходит рост тела, включая все члены. Что, конечно, немаловажно. У некоторых особо поддающихся повторно даже вырастали зубы.

В общем, я долго не мог налюбоваться роскошной парочкой на этикетке, заранее представляя себя в качестве супермена, а свою возлюбленную — фотомоделью.

Мои мечты прервал звонок в дверь. Это сосед пришел за опохмелкой. Покосился на мою еще не открытую бутылку, повздыхал и скромненько уселся на краешек кухонной табуретки. Как назло, на кухне спирта не оказалось. Не выдержав его страдальческих взглядов, я пошел в комнату за флаконом с медицинским спиртом, который держал для лечебных целей. А вернувшись через минуту на кухню, просто остолбенел: сосед из горлышка допивал содержимое моей драгоценной долгожданной бутылки. Можно сказать, допивал мою мечту.

— Не берет. Какую-то слабую водку стали выпускать. Ты уж извини, браток, душа горит, а ты все равно непьющий, — сказал он, засовывая пустую бутылку в карман.

Потом взял из моей руки пузырек и вышел.

Я даже не посмотрел ему вслед. Я слова не мог вымолвить. Остолбенел. Мои прекрасные мечты все еще бушевали внутри, требуя «Любоцина».

Сосед-алкоголик в мгновение ока вылакал мою надежду. Теперь оставалось только одно: внимательно за ним наблюдать, и если, не дай Бог, у него вырастут новые волосы или зубы, вырвать свои последние волосенки от отчаяния или стать американским миллионером. Наверное, тогда-то можно обойтись и без «Любоцина»? Деньги тоже очень украшают мужчину и дают возможность украшать женщин. Не правда ли?

Татьяна СКОБЕЛЕВА

АНЕКДОТЫ

Пьяный напился и уснул на кладбище между могилами. К утру замерз, проснулся, а слова выговорить не может. Его спрашивают: «Ты что?» — «Замерз», — «Так чего же ты раскопался?»

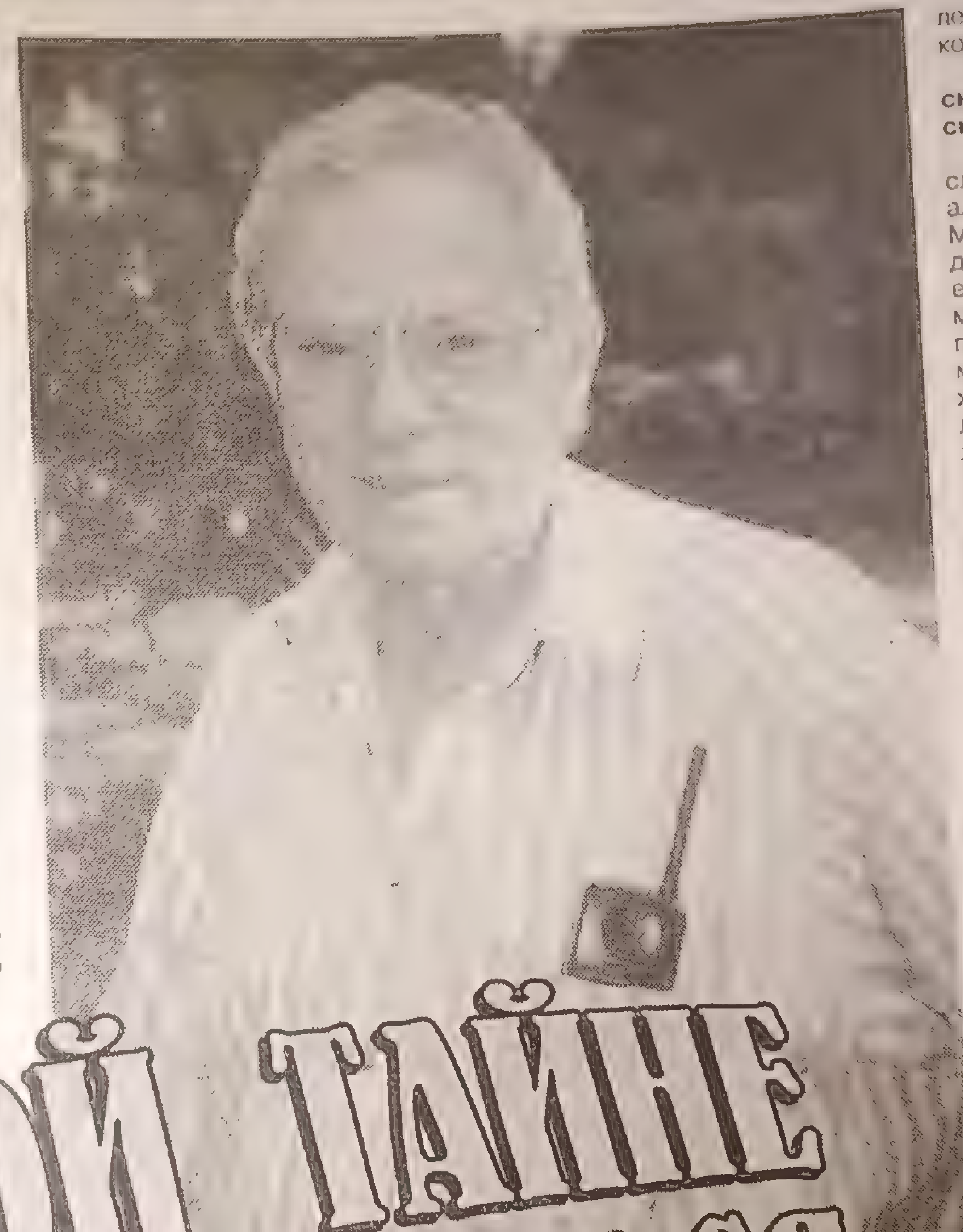
Из объявления: «Неземная женщина ищет неземного мужчину».

К уфологу обратился муж с просьбой помочь вернуть жену, которую пять лет назад похитили инопланетяне. «И только теперь вы заявляете об этом?» — «Знаете, я никак не мог поверить в это».

«Когда я иду с женой в гости, то пью очень мало». — «Тебе не разрешает жена?» — «Вовсе нет. Просто однажды я здорово перебрал, и мне показалось, что у меня две жены. Такого ужаса я никогда не испытывал!»

К великой тайне нельзя прикасаться

На творческом счету кинорежиссера Петра ТОДОРОВСКОГО всем нам знакомые фильмы – «Любимая женщина механика Гаврилова», «Военно-полевой роман», «Городской романс», ... еще анкор», он и оператор



– Петр Ефимович, вы в совершенстве владеете несколькими творческими профессиями. Может быть, вам что-то грезилось в детстве? Кем вы все-таки видели себя в будущем – режиссером, музыкантом, оператором? Или, может, кем-нибудь еще? К слову, судя по обилию ваших «одесских» фильмов, вы, очевидно, коренной одессит?

– Нет, я родился в 1925 г. на Украине в маленьком городке Бобрынец в бедной и малообразованной семье. Моя мать была очень доброй, умной и одаренной от природы женщиной. Любила петь под гитару, ей нравились старинные романсы и вальсы. И я, еще пацан, слушая ее, освоил простейшие аккорды на гитаре.

– Так вот кому киноискусство обязано появлением прекрасных лирических кинолент с «романсовым» уклоном, таких как «Городской романс», «Военно-полевой роман», – вашей маме, светлая ей память! Да, собственно, и «Любимую женщину...», и «Интердевочку», и «Анкор, еще анкор» можно отнести к тому же жанру – жанру «жестокого романса», столь любимого в нашем народе. К тому же, как известно, автором музыки некоторых фильмов режиссера Петра Тодоровского является... композитор Петр Тодоровский?

– Однажды в Германии после тяжелых боев

...нять лейтенанта Тодоровского на композиторский факультет вверенной Вам Консерватории». При этом ни он, ни я не имели ни малейшего представления о том, что для поступления в Консерваторию нужно иметь за плечами как минимум музыкальную школу плюс училище!

– Зато все по-военному – четко, ясно, решительно. И чем же это закончилось?

– Ну я из Костромы, где в это время находилась наша часть, прямиком махнул в Москву. Являюсь в Консерваторию как есть, в военной форме, громыхаю по паркету подковками от сапог. А вокруг, смотрю, все какие-то девочки и мальчики со скрипочками... Так и вернулся назад вместе со своим рекомендательным письмом. Эту историю, если вы помните, полностью рассказывает персонаж Олега Борисова в моем фильме «По главной улице с оркестром»... На этом, собственно, и закончилась моя «музыкальная» эпопея, после которой началась уже «киношная». Сразу же после демобилизации в 1948 г. я подал документы на операторский факультет ВГИК. Но в этот год мне поступить не удалось. И только следующая попытка оказалась успешной.

– А почему на операторский, а не на режиссерский?

...ле угрожает глобальная катастрофа, конец света.

– Скажите, а вам не хотелось снять фильм на фантастический сюжет?

– Нет, фантастика не для меня. Я слишком люблю реальный мир, реальных, а не выдуманных людей. Мне очень интересен человек, его душа. Это ведь тоже великая тайна, если представить все те мечты, мысли и фантазии, которые переполняют сознание человека. И если мне удается на экране воссоздать хотя бы небольшую часть этого великого внутреннего мира, я счастлив: значит, главная задача фильма решена.

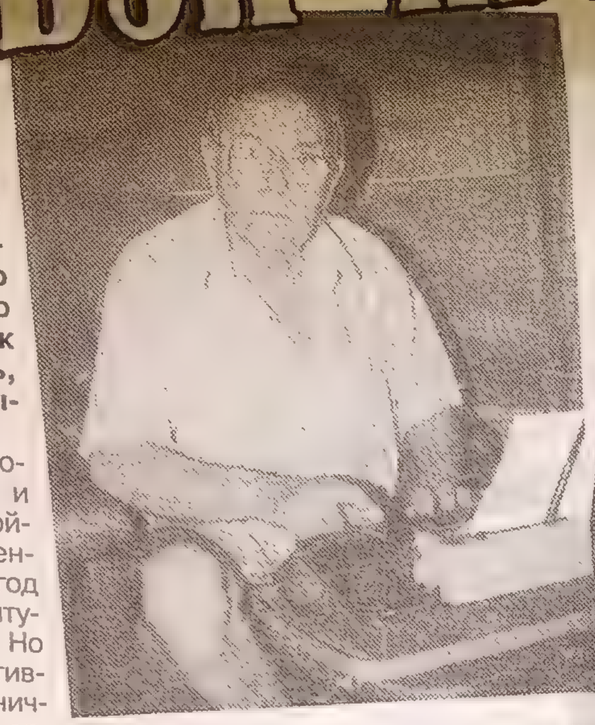
– На мой взгляд (да и не только мой), одним из таких блистательных решений является финал вашего фильма «Любимая женщина механика Гаврилова», а именно: очень небольшой по времени эпизод с участием артиста Сергея Шакурова. Но в этом крохотном эпизоде сконцентрировано столько, что... Словом, перед нами за считанные минуты проходит вся жизнь человека, раскрывается вся его душа. Как вам с Шакуровым удалось сотворить это экранное чудо, с которым можно сопоставить, пожалуй, лишь легендарную финальную улыбку Кабирии из фильма Феллини «Ночи Кабирии»?

– Вы знаете, этому предшествовала занятная история. Я на «Мосфильме» предложил Шакурову, народному артисту России, сыграть одну из двух главных ролей в моем фильме с участием Людмилы Гурченко. Сергей с готовностью взял сценарий, а поздно вечером звонит: «Слушай, я уже на сороковой странице, но пока что-то не пойму, где тут моя главная роль...»

А я говорю: «Ты читай, читай дальше». И вы знаете, как ни странно, у него хватило мужества согласиться на эту с виду совсем маленькую, «невыигрышную» роль. Надо было видеть, сколько сил и мастерства он отдал съемкам этой сцены. Он понимал, что если весь фильм говорят о нем одном, то он должен одним своим появлением, одним проходом от машины до витрины, за которой его [illegible]

Нельзя не нравиться

На творческом счету кинорежиссера Петра ТОДОРОВСКОГО всем нам знакомые фильмы – «Любимая женщина механика Гаврилова», «Военно-полевой роман», «Городской романс», «Интердевочка», «Анкор, еще анкор», он и оператор фильмов «Жажда», «Весна на Заречной улице»... Но мало кто знает, что Петр Ефимович – виртуозный музыкант-гитарист. Свидетельство тому – недавно записанный в дуэте с известным бардом Сергеем Никитиным компакт-диск «Ретро вдвоем».



ровский. Достаточно вспомнить хотя бы вашу проникновенную «Рио-риту» из «Военно-полевого романа», неизменно вызывающую слезы у особо чувствительных зрителей. Так что сама судьба, казалось, предрекала вам карьеру музыканта, композитора.

– Возможно. Но жизнь распорядилась иначе. Мне не было и шестнадцати, когда началась война. Я окончил Саратовское военно-пехотное училище, почти год был на фронте, был ранен, контужен. Войну закончил в Берлине. Но и в эти тяжелые времена интуитивно тянулся к музыке. В праздничные дни, когда играл духовой оркестр, я буквально вздрагивал от звуков военного марша, испытывая необычайно сильный прилив чувств. Помню, когда мне было всего три года, стянул у отца 3 рубля и купил на рынке балалайку. Кстати, неплохо выучился на ней играть. Когда в конце войны мы стояли в Германии, мой ординарец однажды притащил великолепный немецкий аккордеон. Ну я, как человек упорный, где-то через 2 – 3 недели стал заправским аккордеонистом и лихо исполнял все, что ни попросят однополчане.

– В каком вы были тогда звании?

– Войну закончил в звании лейтенанта. Само собой, я всегда выступал в армейской самодеятельности, и не только как музыкант. Играл в различных скетчах, сценках. Тогда-то у меня и появилась мечта – стать профессиональным композитором. Дело в том, что я начал сочинять музыку, и она имела успех у гарнизонной публики.

– К слову, атмосфера жизни послевоенного армейского гарнизона совершенно точно передана в картине «Анкор, еще анкор»...

– Да, мне там почти ничего не [illegible] выдумывать. Ну а что касается музыки, то в один прекрасный день командир полка написал [illegible] содержания: [illegible] Московской государственной [illegible]ории. Прошу при-

на Одере, когда мы только что выбили немцев с плацдарма на восточном берегу, в расположении нашей части остановился грузовичок, с которого спрыгнул человек в военной форме. Он достал из-под плащ-палатки кинокамеру и стал снимать проходящих мимо него солдат. Так я впервые воочию увидел фронтового кинооператора. Мне этот, казалось бы, незначительный эпизод запомнился на всю жизнь, тогда я вдруг понял: КИНО – это замечательно. Ведь то, что сегодня было запечатлено на пленку – лица, события, само время, когда-нибудь, через много лет, будет оживать на экране вновь и вновь. И я дал себе слово, если останусь жив, обязательно стану кинооператором. Что же касается режиссуры, тогда такое мне и в голову не приходило. Достаточно представить, какой уровень эрудиции, образования и всего прочего требуется для овладения этой профессией... Надо сказать, что во ВГИК мне очень повезло с преподавателями и сокурсниками. Учился я у прославленного мастера советского кино Бориса Волчека.

– Отца не менее прославленной Галины Волчек?

– Совершенно верно. А курс наш был поистине выдающимся, ведь его окончили знаменитые мастера своего дела – Вадим Юсов, Ионас Грицюс, Герман Лавров, Леван Пааташвили...

– Что ни имя, то легенда. Вам не кажется, что в этом есть нечто мистическое, знак судьбы?

– Безусловно. Как величайший подарок судьбы я воспринимал и работу в качестве оператора у таких маститых режиссеров, как Марлен Хуциев, Евгений Ташков... В дальнейшем почти все режиссеры с Одесской киностудии, где я тогда работал, переехали в Москву. И мне была предоставлена возможность попробовать свои силы в режиссуре. Фильм, который я поставил в соавторстве с Володей Дьяченко, царствие ему небесное, был снят по сценарию поэта Григория Поженяна и назывался «Никогда». Я выступал в нем и в качестве главного оператора. В этом фильме впервые в жизни снялся в кино в главной роли Евгений Евстигнеев. Как говорят, это была одна из лучших его ролей. И только после этого я снял в 1964 – 1965 гг. свой первый фильм «Верность», который получил приз «За лучший режиссерский дебют» на Венецианском фестивале и ряд призов на всесоюзных фестивалях. Сценарий этого фильма я писал вместе с Булатом Окуджавой.

– Интересно, что соавторами этих фильмов были поэты. Может быть, потому, что они наиболее остро воспринимают тайные знаки Судьбы? Ведь нельзя же все то, чего вы достигли в жизни, объяснить волею случая? Или вы на этот счет другого мнения?

– Я никогда не был атеистом, но и не особенно верил в некие высшие силы, существующие вне реального мира. Но так было только до определенного момента. В 1972 г. я снимал фильм по повести писателя Федора Абрамова. Съемки велись под Вологдой. Лето в этих краях, как правило, холодное. А тут солнце нещадно палило с утра до вечера. Высохли все колодцы. Началась дизентерия. Было это в деревне Никольский Торжок. И вот мы слышим, как местные старики говорят: «Ничего, потерпите, немного ждать осталось, на Ильин день, 2 августа, пойдет сильный дождь». Мы, конечно, про себя посмеивались. Да и как иначе: снимаем 2 месяца подряд – и ни капли дождя. С чего бы ему взяться 2 августа? И вот, представьте себе, 1 августа небо к вечеру затянуло тучами, а утром 2-го хлынул настоящий ливень!.. С тех пор я и уверовал в некую великую тайну, к которой страшно даже приближаться. Если человечество ее разгадает, то, как мне кажется, Зем-

Надо было видеть, сколько сил и мастерства он отдал съемкам этой сцены. Он понимал, что если весь фильм говорят о нем одном, то он должен одним своим появлением, одним проходом от машины до витрины, за которой его ждала женщина, одним взглядом, жестом доказать всем (и в первую очередь зрителю), почему эта женщина так ждала именно этого мужчину! Кстати, в одном интервью на вопрос: «Какая у вас была самая трудная роль?» – Сергей честно ответил: «Роль механика Гаврилова».

– Естественно. Попробуй, не сказав ни слова, рассказать о человеке все! Это одно из лучших доказательств того, что кино – не театр, где главная нагрузка ложится на слово. Кино – это все-таки когда больше показывают, чем рассказывают. Единственная звуковая стихия, которая должна, на мой взгляд, царить в фильме – стихия музыки. А вы ведь с ней давние друзья. Вы, наверное, уже догадались: я веду к той недавней сенсации, которую произвело появление вашего диска «Ретро вдвоем», где вы с Сергеем Никитиным исполняете на гитарах мелодии прошлых лет.

– Я давно знаком с Сережей и Таней Никитиными. А свела нас семья Зиновия Гердта, с которым я дружил более 30 лет. В доме у Гердтов, необычайно хлебосольном, мы отмечали практически все праздники – Новый год, дни рождения, Татьянин день... А там, где застолье, там и гитара. Вот мы с Сережей и составили некий стихийный дуэт, получая, кстати, от этого большой кайф. А прошлой зимой Сережа мне и говорит: «А давай-ка запишем все это на пластинку! Тем более у меня есть своя собственная аппаратура». Так и родился компакт-диск, в производстве которого нам помогла студия «Московские окна». И наше «Ретро вдвоем» стало вдруг пользоваться большим спросом. Правда, многие хотели бы иметь обычные аудиокассеты, ведь не у всех есть лазерный проигрыватель...

– Ну что ж, пожелаем вам, Петр Ефимович, чтобы вы еще не раз удивили своих почитателей все новыми и новыми гранями своего таланта!

Владислав ЧЕБОТАРЕВ

О супружеских изменах написано много... Казалось бы, все америки давно открыты, но... Ладно бы, когда все заканчивается ссорами, разладами, в конце концов разводами. А если гибелью одного из супругов? Причем, как бы сказали медики, «смерть наступила без видимой причины».

СВИТЕР – УБИЙЦА

Представьте себе: в одной благополучной московской семье вдруг умирает красивая, молодая женщина. Ей только-только исполнилось 27 лет. Умершая отличалась отменным здоровьем, занималась плаванием, гимнастикой, играла в теннис, ни на что не жаловалась. И вдруг... Упала на улице, как будто бы поскользнулась на мокрой листве. Когда ее подняли и привели в чувство, она лишь прошептала: «Помогите, совсем не могу дышать...» Ее отвезли домой. Но к утру молодой женщины не стало. Супруг бился головой о стену, тупо повторяя: «Это моя вина...»

Удивили и врачи-патологоанатомы: вскрытие показало, что состояние сердца, почек, легких умершей совершенно не соответствовало 27-летнему возрасту. Внутренние органы погибшей были, как у 70-летней старухи! И умерла она, выходит, вполне естественной смертью. Дико? Да.

Ее звали Александра, мужа – Александр, и, чтобы избежать путаницы, ее называли Сашкой, а его Аликом. Женаты они были почти 7 лет, детей завести так и не успели: институт, аспирантура, библиотеки, лабораторные изыскания. Жили, в общем-то, дружно. Но 7 лет – критический возраст для супружества. Так вот Саша с Аликом не дотянули до семилетия месяцев пять: Алик повстречал другую женщину. Он не собирался менять уклад своей жизни. Зачем? Есть уютный, теплый дом, молодая, красивая, чуткая жена, взаимопонимание, любовь... Но очутился как-то Алик в малознакомой шумной компании, за столом – глаза в глаза – оказалась жгучая, как перец, брюнетка. Посмотрел на нее и похолодел, словно почувствовав, как вокруг шеи петля затягивается. И пытался было не смотреть в сторону Тамары (именно так звали молодую женщину), но не мог: его словно кто-то за веревочку на шее тянул. А взгляд Тамары просто жег наскозь. Потом Алик понял, отчего так жег и ослепелял этот взгляд: у Тамары глаза были без зрачков, черные-пречерные, как маслины.

«Ведьма!» – подумал Алик, но противостоять ее чарам не смог. Уже в первый вечер какая-то дикая сила потащила его провожать Тамару в подмосковную Ивантеевку. Она жила с мамой, такой же пронзительно-черноглазой. Мать к появлению Алика отнеслась равнодушно-сдержанно, но сразу же оттаяла, как только Алик начал совать ей деньги «на хозяйство».

Домой молодой муж начал возвращаться поздно, становился все рассеяннее, постоянно смотрел мимо Саши, а однажды назвал ее Тамарой. Саша рыдала навзрыд: вот она, разгадка. Ссора между супругами закончилась тем, что Алик ушел, хлопнув дверью. Ночевать домой он не пришел. Правда, на следующий день рано утром позвонил в дверь и сразу бросился перед Сашей на колени.

– Прости, виноват. Давай помиримся. Любил и люблю только тебя. Ну увлекся, с кем не бывает...

При этом Алик разрыдался, потом дал в руки Саше пакет.

– Надень, это мой подарок на примирение.

Саша развернула сверток, на диван упал чудесный мохнатый свитер нежно-голубого цвета.

– Спасибо, дорогой.

– Нет, ты примерь, он очень подойдет к твоим синим глазам.

Саша покорно надела свитер, и моментально ей стало спокойно и тепло, даже потянуло в сон. Алик стал опять чутким и ласковым мужем, перестал поздно возвращаться домой, превратился вдруг в рачительного хозяина: то банку меда домой принесет, то домашнего малинового варенья, то картошки. Правда, по субботам он все же куда-то исчезал «по работе». А потом на его пиджаке Саша с удивлением обнаружила длинный черный женский волос.

По утрам между тем у молодой женщины начала сильно кружиться голова. Подаренный мужем пушистый и теплый свитер она носила, не снимая: в квартире было холодно, а свитер грел отменно. Это было не единственное чудесное свойство подаренной любимым вещи. Утром, как заметила Саша, свитер бывал серо-голубого цвета, а вот к вечеру темнел и становился почти темно-зеленым.

Головные боли начали мучить ее регулярно. По утрам ее мотало из стороны в сторону. Поездки на работу она стала воспринимать как пытку. В метро ей было нестерпимо жарко и душно. А однажды при выходе на улицу у нее все поплыло перед глазами, в ушах зазвенело.

Врачебный осмотр ничего не дал.

– Вы совершенно здоровы, – заверила участковый терапевт, – разве что гемоглобин низкий. Ешьте побольше яблок, орехов, меда.

Мед Саша ела большими ложками. Мед привозил муж, а ему трехлитровые банки передавала Тамара. К слову, свитер тоже был связан Тамариными руками. И пока она вязала его, заговаривала на разлуку и болезнь каждую ниточку.

Тамара и мать Тамары слыли в Ивантеевке колдуньями. Впрочем, этим ремеслом промышляла и бабка Тамары, все премудрости, уходя в могилу, передала внученьке. Поэтому Тамара с малых лет знала, как заговаривать кровь, как привораживать молодых людей, как насылать несчастья и болезни на голову врага. Встретив Алика, сразу решила: будет только моим. А поскольку все разговоры о разводе Алик отметал (мол, жену не брошу), Тамара, осерчав, решила разобраться по-своему с молодой женщиной. Она не только сумела подсунуть ей заговоренный свитер, но и выкрала фотографию Саши из кармана пиджака неосмотрительного мужа, заговорила и снимок. Собирая гостинцы для Алика – мед, варенье, орехи, семечки, заговаривала все по отдельности и знала: ждать ей осталось чуть-чуть.

Саша ощущала непонятное недомогание все отчетливее. По ночам ей постоянно снились кошмары. Саша похудела, лицо у нее стало серым, глаза ввалились. Но поскольку Саша понимала, что в ее супружеской жизни все пошло кувырком, она решилась все-таки докопаться до первопричины. Поэтому однажды, когда Алик, как всегда, засобирался в субботу «на работу», она осторожно отправилась за ним. Отпустив такси, Саша осталась стоять под деревьями – прямо напротив того дома, куда зашел супруг. Было очень холодно, шел дождь, но Саша упрямо стояла и ждала. Муж появился не скоро и был не один: обнимал за плечи высокую черноволосую женщину. Когда они вышли, Тамара обернулась, мгновенно почувствовав присутствие соперницы, и приняла меры: откуда ни возьмись, на Сашу напали три одичавшие собаки. Пришлось уносить ноги. До Москвы доехала на рейсовом автобусе. Пока ехала, тряслась, как в лихорадке. Не могла согреться и в метро. Пришла домой: зуб на зуб не попадает. Надела свитер, и сразу стало жарко. Муж приехал ближе к полуночи. У Саши уже не было сил, чтобы задавать вопросы. Она спала крепким сном. Алик лег рядом. А утром, когда она очнулась от дурного и тяжелого сна, любимого в квартире уже не было.

«Что же делать? – лихорадочно думала Саша. – Как вырвать мужа из цепких рук любовницы-колдуньи?» В том, что на нее навели порчу, Саша уже не сомневалась. Значит, сначала надо спасти себя, потом Алика. Но как? Близкая подруга дала Саше телефон знаменитого экстрасенса. Саша собиралась с силами. Но Тамара ее опередила...

Похоронив Александру, Алик впал в какое-то коматозное состояние. И как ни пробовала Тамара оживить возлюбленного, вложить в него жизненные силы, у нее ничего не выходило. А тут еще новый поклонник подвернулся, правда, тоже женатый.

Алик между тем оказался в больнице – в неврологическом отделении. Когда его привезли, температура у сильного, здорового, широкоплечего мужчины была всего 36 градусов. Врачи переглянулись – полный упадок сил. Его продержали в палате № 6 три месяца. Из больницы Алик вышел с отвращением к жизни...

Агния ПОПОВА

...дей, словно почувствовав, как вокруг шеи петля затягивается. И пытался было не смотреть в сторону Тамары (именно так звали молодую женщину), но не мог: его словно кто-то за веревочку на шее тянул. А взгляд Тамары просто жег насквозь. Потом Алик понял, отчего так жег и испепелял этот взгляд: у Та-

— Прости, виноват. Давай помиримся. Любил и люблю только тебя. Ну увлекся, с кем не бывает...

При этом Алик разрыдался, потом дал в руки Саше пакет.

— Надень, это мой подарок на примирение.

Саша развернула сверток, на диван упал чудесный мохнатый свитер нежно-голубого цвета.

...свитер грел отменно. Это было не единственное чудесное свойство подаренной любимым вещи. Утром, как заметила Саша, свитер бывал серо-голубого цвета, а вот к вечеру темнел и становился почти темно-зеленым.

Головные боли начали мучить ее регулярно. По утрам ее мотало из стороны в сторону. Поездки на работу она стала воспринимать как пытку. В метро ей было нестерпимо

...как заговаривать кровь, как наживать молодых людей, как насылать несчастья и болезни на голову врага. Встретив Алика, сразу решила: будет только моим. А поскольку все разговоры о разводе Алик отметал (мол, жену не брошу), Тамара, осерчав, решила разобраться по-своему с молодой женщиной. Она не только сумела подсунуть ей заговоренный свитер, но и выкрала фотографию Саши из кармана пиджака неосмотритель-

...подвернулся, правда, тоже женатый.

Алик между тем оказался в больнице — в неврологическом отделении. Когда его привезли, температура у сильного, здорового, широкоплечего мужчины была всего 36 градусов. Врачи переглянулись — полный упадок сил. Его продержали в палате № 6 три месяца. Из больницы Алик вышел с отвращением к жизни...

Агния ПОПОВА

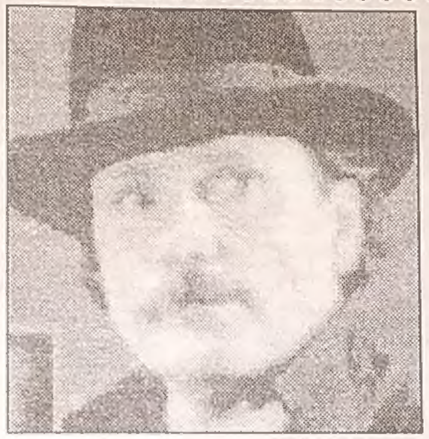
ВИДЕОСАЛОН ЗАЗЕРКАЛЬЯ

«Знакомьтесь, Джо Блэк»
(Meet Joe Blacsk), США, 1998, 170 мин. Режиссер Мартин Брест. В ролях: Брэд Питт, Энтони Хопкинс, Клер Форлани. Мистическая мелодрама.

Сначала была пьеса «Смерть взяла отпуск», которая в начале века с немалым успехом шла на театральных подмостках мира. В 1934 г. в Голливуде был снят нашумевший фильм под тем же названием. Еще в 1982 г. известный американский режиссер Мартин Брест задумал сделать римейк этой ленты. Но чтобы заслужить право на постановку, он «должен был» снять ряд популярных картин, в том числе «Аромат женщины» («Оскар» Аль Пачино за исполнение главной роли), «Полицейский из Беверли-Хиллз» (лидер американского проката, долгое время державший рекорд по количеству недель на первом месте в рейтинге и уступивший лишь «Титанику»). И в конце концов кинокомпания «Юниверсал» решила рискнуть и вложила в проект 90 млн. долларов. На главные роли были приглашены суперзвезды Энтони Хопкинс и Брэд Питт, а также молодая талантливая британская актриса Клер Форлани, сыгравшая роль дочери героя Шона Коннери в боевике «Скала»... Итак, Уильям Пэрриш (Хопкинс) — крупный магнат, вдовец, отец двух взрослых дочерей — однажды ночью услышал потусторонний голос, зовущий его куда-то. Голос преследует Пэрриша повсюду и доводит его до сердечного приступа. В тот же день младшая дочь Пэрриша Сьюзан перед работой заходит в бар выпить чашечку кофе. Здесь она встречается с чрезвычайно обаятельным молодым человеком, который взволновал ее. Но как только они расстались, мы видим, что незнакомца на полном ходу сбила машина. Однако вечером того же дня этот юноша как ни в чем не бывало стучится в дверь дома Пэрришей, добивается встречи с хозяином и доказывает тому, что именно ему принадлежит таинственный голос и что он не кто иной, как сама Смерть, которая пришла забрать Пэрриша с собой. Но поскольку у нее, у Смерти, сейчас отпуск, можно повременить с уходом, при условии, если Пэрриш побудет ее проводником в мире живых. Ошарашенный, Пэрриш приглашает своего страшного гостя к столу и представляет его как Джо Блэка. И тут Сьюзан узнает в Джо Блэке таинственного юношу из бара...

«Потрошитель»
(The Ripper), США–Великобритания, 1999, 100 мин. Режиссер Джанет Майерс. В ролях: Майкл Йорк, Патрик Борджин, Габриэль Энуор, Сомул Вест. Триллер с элементами мистики.

История реально существовавшего маньяка-убийцы, который наводил ужас на жителей Лондона в конце прошлого века и по сей день считается одним из самых загадочных преступников в истории мировой криминалистики, не раз привлекала внимание как беллетристов, так и кинематографистов. Британский режиссер Джанет Майерс предложил свою версию тех событий. И пусть вас не



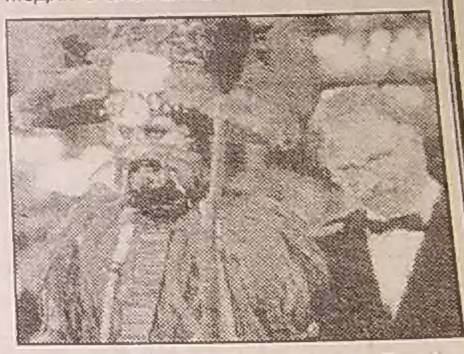
смущает то, что его имя пока совершенно неизвестно широкому кругу любителей кино, он сделал классный фильм, который без всяких дешевых приемов и дорогостоящих спецэффектов держит зрителя в напряжении от первого до последнего кадра. И еще одна особенность картины: при отсутствии звезд (за исключением Майкла Йорка, который занят во второплановой роли главы Скотланд-Ярда) в ней замечательно играют абсолютно нам незнакомые актеры, что, в общем-то, характерно для британского кино. Итак, 1888 год. Лондон потрясен серией чудовищно жестоких преступлений. Зловещий маньяк убивает молодых женщин. Причем не просто убивает: сначала он душит свои жертвы, а затем, как заправский хирург, с помощью скальпеля вырезает из женщин их внутренние органы. Кто он? Сумасшедший? Дьявол в обличье человека?

«Хакеры»
(Hackers), США, 1995, 101 мин. Режиссер Ийен Софтли. В ролях: Джонни Ли Миллер, Анжелина Джоли, Джесси Брэдфорд, Мэтью Лиллард, Фишер Стивенс, Лоррен Бракко. Виртуальный триллер.

В 1993 г. Ян Софтли поставил замечательную драму из жизни джазовых музыкантов «Пятый в квартете». «Хакеры» — картина о жизни современных американских студентов. Впрочем, не совсем обыкновенных, а тех, которые помешаны на компьютерах. Главный герой фильма Дейд — компьютерный гений, который еще в детстве умудрился взломать шифры компьютерных систем крупных американских компаний и «вырубить» множество компьютеров, за что и оказался на скамье подсудимых. Но поскольку по возрасту его нельзя было осудить, суд запретил ему заниматься компьютерами до достижения совершеннолетия. Мальчик вырос, поступил в колледж и попал в среду подобных себе, только несравненно менее талантливых. И в дальнейшем действие развивается то в реальном, то в виртуальном мире, приобретая откровенно детективный характер.

Сюжетная интрига построена на соперничестве юных хакеров и хакерного аса по прозвищу Чума, который влез в компьютерные сети, ворует таким образом миллионы долларов, а всю вину хочет взвалить на вирус, якобы внедренный электронными хулиганами. Юные хакеры придумали остроумный план, как его вывести на чистую воду.

«Племя Криппендорфа»
(Krippendorf's Tribe), США, 1998, 91 мин. Режиссер Тодд Холланд. В ролях: Ричард Дрейфус, Джинна Эльфман, Лили Томлин, Наташа Лион. Комедия с элементами мистики.



У профессора-антрополога Джеймса Криппендорфа (Дрейфус) легкий характер и нелегкая судьба. Ему приходится в одиночку воспитывать троих детей, у которых большие запросы. На это ушла немалая часть из тех 100 тыс. долларов, которые были выделены профессору на поиск в Новой Гвинее неизвестного племени дикарей. Чтобы выйти из положения, он соорудил в своей усадьбе декорации и с помощью детей стал снимать на видео фильм... из жизни дикарей. Этим фильмом профессор иллюстрировал имевшие громадный успех лекции о своем открытии. Каково же было его удивление, когда обнаружилось, что открытое им племя действительно существует...

СУПЕРКРОССВОРД

Центр Тибетской медицины и парапсихологии "ДиВо"
Избавление от АЛКОГОЛЬНОЙ и никотиновой зависимости очно и заочно (фото) по уникальной методике.
Гарантированный результат
Тел.: 319-83-59, 529-63-36.
Лиц. № 005764

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **1.** Эстрадный певец, в числе почитателей которого московский мэр. **3.** Автор не только "Лолиты". **7.** Когда Господь хочет наказать, он отнимает у человека именно это. **10.** Очередь за водкой по талонам в совковый период борьбы с алкоголизмом. **11.** Водоплавающее устройство, заплывать за которое опасно. **12.** Ситуация при игре в домино. **14.** Время отправления электричек, которое постоянно нарушается. **15.** Морское судно, с которым в приключенческой литературе всегда что-то случается. **16.** Во время шторма самый страшный из них - девятый. **18.** Французский художник, благодаря которому на голубя перестали смотреть как на дичь. **21.** Имя сатаны, подаренное ему М. Булгаковым. **24.** Соревнование скоростей. **26.** Врожденный такт. **27.** Чаще всего преподносится по торжественным датам по принципу: дай вам, Боже, что нам не гоже. **29.** Дуб, когда не относится к человеку. **30.** Актер, прошедший на телевидении путь от изображения "табуретки" до игры на золото. **32.** Уровень высокого мастерства. **33.** "Если раньше мне били в морду, то теперь вся в крови душа". Кто автор? **35.** Карточная масть. **38.** Местность в пределах видимости. **40.** Мелководный участок в русле реки. **42.** Пена из фруктовой массы с добавками. **43.** Внешний вид. **44.** Принесет ребенка и целый день среди ракит на одной ноге стоит. **45.** Посуда ниже пояса. **46.** Говорят, что если хочешь похудеть, из меню надо убрать ..., а оставить только секс. **48.** Зверек, которого вместо клетки "впрягают" в колесницу. **52.** Мазь, спасающая сапоги от "задубения". **54.** Враки синоптика. **56.** Кто под красным знаменем романный идет? (Песен.) **57.** Протест чиновников. **59.** Убийство по закону. **60.** Собачий апартамент. **61.** Русский народ-

одна из рек с длиной более 1000 км. **ПО ВЕРТИКАЛИ**: **1.** Неправильное название устройства для отвода молнии. **2.** Одна из башен Московского Кремля. **3.** Прибыль на кухонном жаргоне. **4.** Стиль плавания по-лягушачьи. **5.** И тип соцветия, и тара для ягод. **6.** Рыба, иссохшая к пиву. **7.** Все рады туда попасть, да грехи не пускают. **8.** Про тех, кто их потерял, говорят: "Остались рот да губы". **9.** Туман, в котором не видно ни зги. **12.** Пиратская виселица. **13.** Индийская цветная ткань ручного изготовления. **17.** Сосед Вьетнама с запада. **18.** "Заготовка" для опят. **19.** Тара для клада. **20.** Свеча, сгоревшая больше, чем наполовину. **22.** Чушь, которую несет муж, объясняя жене, почему он не ночевал дома. **23.** Бразильская марка кофе. **25.** И дирижабль, и стратостат. **27.** Вид изобразительного искусства. **28.** Драгоценности, которые один зарывает для другого. **29.** Личный вклад гражданина в банк. **31.** Жаровня для шашлыка. **33.** Кто сидел на диком бреге Иртыша, объятый думой? **34.** "Надуватель" мяча. **35.** Дом-музей этого композитора находится в Клину. **36.** Каждый в Святой Троице. **37.** Море в ледовитом семействе. **39.** Метеоритный дождь. **41.** Среднеазиатский канал-осушитель Аральского моря. **47.** Итальянский соблазнитель, поведавший всему миру в "Мемуарах" о своих головокружительных любовных похождениях. **49.** Объем водки "на шестерых". **50.** Острая приправа-южанка. **51.** Композитор, которому неизвестный заказал написать "Реквием", а за заказом не явился. **53.** Домашнее животное, у которого волк сожрал шестерых деток. **54.** Ожидание чего-то хорошего. **55.** Степень свечения спирали в электролампе. **58.** Одежда Гришки Отрепьева в спектакле Ю. Любимова "Борис Го-

56. Кто под красным знаменем раненный идет? (*Песен.*) **57.** *Протест чиновников.* **59.** Убийство по закону. **60.** Собачий апартамент. **61.** Русский народный духовой инструмент. **62.** Корабельная стоянка в порту. **64.** Елочные бусы. **66.** Мощность, равная 1,36 x 10^{-3} лошадиной силы. **68.** Первенец у Адама и Евы. **70.** Покруче рюмочной. **71.** Прародителем этого музыкального инструмента был охотничий рог. **73.** Обедня католиков. **75.** Предок одинаковых изделий. **76.** Всемирно известный "воробышек" французской эстрады. **77.** Так назвал Владимир Высоцкий свой первый изданный сборник стихов. **79.** Съедобный подельник кнута. **81.** В старину - детская игрушка. **83.** Символ власти военачальника на Украине до XIX века. **84.** Музыкальная "исповедь" одного певца в опере. **85.** Река в Колумбии, *шестерых". **50.** Острая приправа-южанка. **51.** Композитор, которому неизвестный заказал написать "Реквием", а за заказом не явился. **53.** *Домашнее животное, у которого волк сожрал шестерых деток.* **54.** Одолжение чего-то хорошего. **55.** Степень свечения спирали в электролампе. **58.** Одежда Гришки Отрепьева в спектакле Ю. Любимова "Борис Годунов", из-за которой во времена Ю. Андропова спектакль запретили. **63.** Тот, кто может предать. **64.** Сырье для гамбургера. **65.** Обращение к "крестному отцу" в итальянской мафии. **67.** Шут гороховый в Италии. **69.** Степень зрелости плода. **70.** Места в зрительном зале на уровне сцены. **72.** Рискованное приключение. **74.** Степень быстроты ответных действий вратаря при ударе по воротам. **76.** Так называется самая сильная комбинация карт в покере. **78.** "Условное" мясо на мелких косточках. **80.** Подруга Кощея. **82.** Магазин в Москве по адресу: Петровка, 2.

КИРПИЧ ЖБИ
БЛОКИ СТЕНОВЫЕ, ПЛИТКА ТРОТУАРНАЯ, КЕРАМЗИТ, ЦЕМЕНТ, КОЛЬЦА КОЛОДЕЗНЫЕ
С ДОСТАВКОЙ ПО МИНИМАЛЬНЫМ ЦЕНАМ
377-9774, 918-4441, 290-1879, 372-4804

Ответы на суперкроссворд на стр. 9

Лиц. №1637-2

МОСКОВСКИЙ БИЗНЕС-КОЛЛЕДЖ

БЕСПЛАТНЫЕ показательные занятия
Система скидок
Субботние и воскресные группы

Название специальности	Стоимость (руб.)	Срок обучения (час.)
СЕКРЕТАРЬ-РЕФЕРЕНТ (+дел.англ. и компьютер)	2320	160
БУХУЧЕТ (1-й цикл/2-й цикл)	860/990	56/56
КОМПЬЮТЕР ДЛЯ БУХГАЛТЕРА	650	32
МЕНЕДЖМЕНТ	1160	80
МЕНЕДЖЕР ПО ТУРИЗМУ	1390	96
КОМПЬЮТЕР В ОФИСЕ (с нуля; угл.обуч.)	810	40
АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК (4 уровня)	1070 1 уровень	48
ПАРИКМАХЕРСКОЕ ДЕЛО	1130/1690	60/90
КОСМЕТОЛОГ-ВИЗАЖИСТ	1480	74
ДИЗАЙНЕР ИНТЕРЬЕРА	1010	60
ЗАКРОЙНОЕ ДЕЛО (4 уровня)	1490 1 уровень	60
ОФИЦИАНТ-БАРМЕН(+дел.англ.)	1160	80
КЛАССИЧЕСКИЙ МАССАЖ	990	60

У нас ДИПЛОМ с присвоением квалификации.

м."Краснопресненская", М.Предтеченский пер.,1/2, каб.22
тел.:205-48-71(круглосут.), 117-06-86(будни, с 10-18)

ГОСПОДА РАБОТОДАТЕЛИ! Мы осуществим подбор персонала по вашим заявкам. Тел.: 205-39-83; 205-48-71; 167-81-92; факс: 755-91-14

ВНИМАНИЕ
РОЗНИЧНЫХ РАСПРОСТРАНИТЕЛЕЙ,
МЕЛКО- И КРУПНООПТОВЫХ ПОКУПАТЕЛЕЙ
ПРОДУКЦИИ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА "МИР НОВОСТЕЙ":
приобрести
по самым низким издательским ценам
газету "Мир зазеркалья"
вы можете по адресу
109028, Москва, Яузский бульвар, 14/8
Тел.: 916-26-31, 917-72-51, тел./факс 917-99-50

Здесь же вы можете приобрести и другие наши издания:
газеты "Мир новостей", "Мир садовода",
сборники "Суперкроссворды", "Сканворды"
и "Кроссворденок", бестселлеры.

Главный редактор - Андрей ХОТЕНОВ
Зам. главного редактора - Ирина ЛЕМАНСКАЯ
Учредитель - коллектив редакции.
В номере использованы материалы "Экстра-пресс".
Газета выходит два раза в месяц

Газета зарегистрирована в Комитете РФ по печати. Рег. № 016585
ГУП "Пресса". Заказ № 13559

101000, Москва, Главпочтамт, а/я 2102.
Тел. редакции: 974-79-56
Тел. рекламного отдела: 755-91-08, 255-95-08, 205-39-47, 974-79-51,207-33-26
Отдел распространения: 916-26-31
Отд. общественных связей: 205-24-69

Тираж 100 тыс. экз.

За тексты и телефоны в рекламе редакция ответственности не несет.
Рукописи не рецензируются и не возвращаются.
При перепечатке ссылка на "МЗ" обязательна.